Editura
DECENEU

Oferind cea mai importantă documentație ce a fost reunită vreodată asupra misterelor sexualității orientale, această lucrare, care explorează calea secretă a amorului transfigurator și a continenței sexuale, este deja considerată clasică.

Cu ajutorul a mai multe sute de ilustrații, sunt descrise aici tainele extazului amoros și totodată se trec în revistă tehnicile dezvoltate - într-o perioadă de aproape 2000 de ani - pentru a favoriza trezirea sexuală, transmutarea potențialului sexual în energii subtile înalte, continența sexuală și atingerea extazului amoros ultim. Atât în India, cât și în Nepal, China și Japonia, relațiile sexuale, realizate cel mai adesea cu continență sexuală, erau considerate ca fiind o cale regală către descoperirea lui Dumnezeu, atât în propria noastră ființă, cât și în ființa pe care o iubim. Amorul fizic, profund transfigurator, practicat cu artă, în anumite condiții - pe care le găsim descrise aici - ne conduce la o experiență cu totul extra-ordinară: EXTAZUL DIVIN.

350 lei

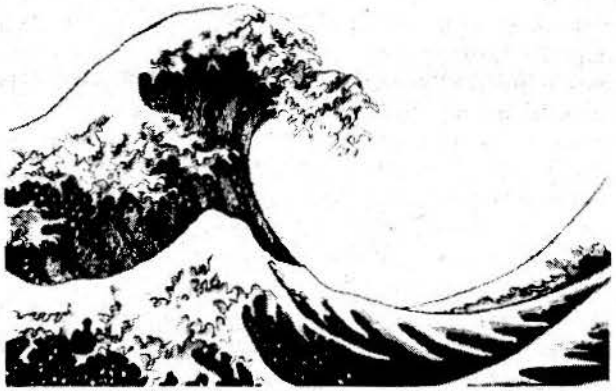
ISBN 973-97858-0-8

NIK DOUGLAS & PENNY SLINGER Secretele amorului transfigurator extatic Vol. III

NIK DOUGLAS PENNY SLINGER

Secretele amorului transfigurator extatic

volumul III



VISHNU - menținătorul

„SEXUAL SECRETS" - The Alchemy of Ecstasy
Nik Douglas & Penny Slinger

Prima ediție a fost publicată în S.U.A., de către Destiny Books, un departament al "INNER TRADITIONS INTERNATIONAL", Rochester, Vermont. Această ediție a fost publicată prin contract cu "INNER TRADITIONS INTERNATIONAL". Text și ilustrații Copyright © 1979 Nik Douglas & Penny Slinger.

Copyright © 1997 Editura DECENEU. Toate drepturile asupra acestei versiuni aparțin SC „Editura DECENEU" SRL. Reproducerea integrală sau parțială a textului este interzisă și va fi pedepsită conform legii.

tel. 094.55.49.10, tel/fax 322.26.26

Pager 211.16.60/10.52

NIK DOUGLAS PENNY SLINGER

SECRETELE AMORULUI TRANSFIGURATOR EXTATIC

volumul III

Această lucrare este strict interzisă tinerilor care nu au împlinit vârsta de 18 ani.

Traducerea textului din limba engleză a fost realizată de profesor YOGA DAN BOZARU

Tehnoredactare GABRIELA POPA

I.S.B.N. 973 - 97858 - 0 - 8

SECRETELE AMORULUI
TRANSFIGURATOR EXTATIC

volumul III

VISHNU, Mentinătorul, susține totul în aceasta creație și are puterea nesfârșită de a se manifesta sub o infinitate de forme diferite. În marele Ocean Cosmic el se sprijină atât pe Soarele Infinitului cât și pe străvechiul Spirit al Existenței care este Stăpânul Universului.

VISHNU PURANA

LAKSHMI este consoarta cea adorată a lui VISHNU; ea este la fel de frumoasă precum zece milioane de răsărituri ale Soarelui și mulți o consideră ca fiind însăși întruchiparea senzualității. Cu ochii ei fermecători ca de lotus și împodobită cu ghirlande de lotuși, ea este veșnica stăpână a tuturor ființelor. LAKSHMI se sprijină plină de iubire pe coapsele lui VISHNU și este cea care conferă oamenilor prosperitate în întreaga lor viață.

LAKSHMI TANTRA

Regele și regina Nepalului sunt prezenți aici în ipostaza de VISHNU și LAKSHMI. Ei sunt înfățișați în intimă uniune extatică tantrică și întruchipează arhetipurile menținerii și prosperității în întreaga creație. Șarpele cosmic cu multe capete, ce reprezintă energia vitală controlată, simbolizează aici infinita putere de menținere a Macrocosmosului. După o miniatură pictată, ce provine din colecția Regelui Nepalului, aproximativ anul 1830.

CELE NOUĂ POSTURI ALE FETEI NEGRE

Există un text taoist al dinastiei Sui (cca. 590-618 d.Cr.) cunoscut sub titlul de „Tratatul sexual al Fetei Negre" care abordează forma clasică a dialogului dintre o minunată inițiatoare sexuală și Împăratul Galben. Fata cea Neagră este una din triada de inițiatoare ale tradiției taoiste. Împăratul Galben este un conducător mitic chinez care a învățat pe oameni diferitele meșteșuguri care le sunt necesare civilizării. El a domnit demult, în Epoca de Aur, când încă nu existau războaie sau boli; se mai spune că el s-a urcat glorios la cer, în plină zi, după ce a atins perfecțiunea în Artele Sexuale Secrete făcând dragoste, numai cu continență, cu cele 12000 de soții și concubine. Fata Cea Neagră l-a învățat diferite alte arte, incluzând strategia militară și magia, însă ea era cunoscută în special datorită înțelepciunii ei în privința sexualității realizată cu continență perfectă.

"Cele Nouă posturi sexuale-amoroase ale Fetei Negre" sunt indicate în special pentru revitalizarea, regenerarea și echilibrarea organismului. Atât taoismul amoros cât și TANTRA YOGA susțin că prin contactele sexuale lungi și intense, realizate însă cu continență perfectă se obțin multiple efecte deosebit de benefice pentru sănătate și armonizare psihică. Posturi specifice, precum posturile HATHA-YOGA, ne permit să intrăm în stare de REZONANȚĂ cu sferele benefice de forță din MACROCOSMOS și astfel eliberează și canalizează energia subtilă dătătoare de echilibru și fericire. Dacă posturile și ritmurile iubirii sunt în prealabil alese corect, toate suferințele fizice, psihice și mentale pot fi îndepărtate cu ușurință. Valoarea terapeutică a actului amoros-sexual, realizat însă cu continență, este un subiect fascinant pe care-l vom aborda pe parcursul câtorva secțiuni următoare ale acestei cărți. Fata Cea Neagră subliniază aici importanța uriașă a posturilor sexuale, integrarea expertă a loviturilor iubirii și puterea, cel mai adesea nebănuită, a ritmului în cadrul jocului amoros.

Fata Cea Neagră este una dintre cele trei Inițiatoare Sexuale care există în tradiția taoistă. Desen realizat după o fotografie contemporană.

POSTURA DRAGONULUI ÎNTORS

Postura Dragonului Întors. Dupa o pictura realizată pe mătase din perioada K'ang-Hsi (1662-1722).

Femeia se află la început întinsă pe spate, iar barbatul vine deasupra ei sprijinindu-şi genunchii pe pat. Ea îşi ridică apoi Poarta de Jad si introduce în mod gradat Tulpina lui de Jad în Pestera ei misterioasă, dătătoare de fericire, în vreme ce el îi mângâie extaziat partea superioară a corpului. După aceea el începe să se miste încet şi ritmic alternând astfel două lovituri erotice profunde cu opt lovituri superficiale. Retinându-şi mereu sământa, Tulpina sa de Jad trebuie să fie introdusă când încă nu este complet rigidă şi trebuie să fie retrasă când încă este foarte tare. Dacă bărbatul realizează astfel toate mişcările amoroase cu forţă şi vigoare, sănătatea lui va creste considerabil şi va fi înfloritoare. Cele o sută de suferinte (toate bolile) vor dispărea, iar femeia iubită, împreună cu care el va realiza aceasta, angrenând continenta sexuală, va experimenta o satisfacţie completă şi va simţi o mare fericire.

Postura Mersului Tigrului. Reprezentare după o pictură chineză din sec. XIX.

POSTURA MERSULUI TIGRULUI

La început femeia se apleaca sprijinindu-se în brate şi pe genunchi si se aşează cu fesele în mod excitant ridicate şi cu capul în jos. Bărbatul îngenunchează atunci în spatele ei şi apoi îi cuprinde în mod senzual talia. Apoi el penetrează lent locul ei cel mai profund (YONI) cu Tulpina lui de Jad; este foarte important atunci ca el să pătrundă cât mai adânc, alternând astfel cinci lovituri superficiale cu opt lovituri profunde. Retinându-şi complet sămânţa, el trebuie să continue în acest mod până când Grota plăcerii femeii se contractă şi se dilată în mod spontan eliberând minunata esentă YIN din abundentă. În final, el trebuie să se relaxeze profund si să constientizeze toate efectele încântatoare timp de 45 de minute. Această metoda secreta de contact sexual realizata numai cu continenta va

preveni manifestarea celor o Sută de Suferinte şi în acelasi timp va amplifica mult virilitatea mărindu-i bărbatului puterea amoroasă.

Varianta la Postura Mersului Tigrului. După un ziar japonez, care prezintă o imagine în culori realizată de KITIGAWA UTAMARO, circa 1799.

POSTURA DE ATAC A MAIMUŢEI

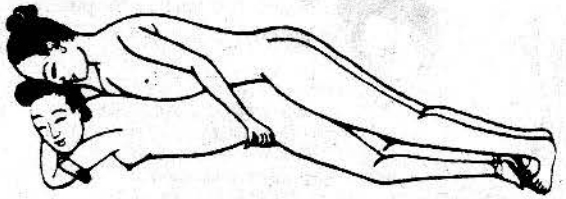
Varianta la Postura Atacului Maimuţei. Reprezentare după un sul de pergament japonez Shunga, cca. 1640.

La început femeia este întinsă pe spate si apoi îşi ridică fesele şi partea inferioară a spatelui. Bărbatul îi ridică după aceea picioarele până când genunchii ei îi ating sânii. Introducându-şi apoi Tija de Jad în Pestera ei Parfumată, el trebuie să se miste astfel progresiv şi ritmic până când secretiile ei amoroase încep să picure ca o ploaie torentială. Pentru a-şi manifesta spontaneitatea, bărbatul jucăus trebuie să aşeze femeia în această poziţie cu forţa, ca si cum ar fi supărat pe ea. Imediat ce ea trăieşte de 10-15 ori orgasmul fără descărcare, bărbatul trebuie să-şi opreasca gradat mişcările, retinându-şi în final sământa pentru a o transforma în energie benefică. Practicând oricând actul amoros în acest fel, Cele o Sută de Suferinte vor dispărea în scurt timp, atât pentru el cât şi pentru iubita sa şi ei vor simţi împreună o mare fericire.

Postura Atacului Maimutei. Reprezentare după o imagine japoneză în culori realizată de KATSUKAWA SHUNSHO, cca. 1788.

POSTURA GREIERULUI CARE SE DESCHIDE

La inceput femeia se afla întinsă cu fata în jos. Bărbatul se întinde atunci pe spatele ei si îi ridică fesele astfel încât să poată să-si introducă Tija de Jad în Peștera ei Rosie. El trebuie după aceea să facă atent dragoste cu ea, fără să ejaculeze, alternând astfel ciclic câte sase lovituri amoroase superficiale cu nouă lovituri profunde până când ea devine la un moment dat foarte excitata si Peștera Iubirii se umezește considerabil la ea. Bărbatul trebuie să-si retină în mod perfect sământa aducând-o treptat la orgasm pe iubita sa, când Pestera ei va începe să se dilate si să se contracte în mod senzual si ritmic. Atunci el trebuie să înceteze complet miscările si să urmărească să constientizeze timp de 45 de minute starea de fericire care apare. Această metodă extraordinara de act erotic este foarte eficientă în vindecarea rapida si definitivă a celor Șapte dureri ale corpului (toate suferințele corpului).



Postura Greierului care se deschide. Reproducere după o gravură chineză realizată pentru romanul erotic „SU WO P'IEN" (Femeia Lunii), aproximativ 1610.

POSTURA URCUȘULUI BROAȘTEI ȚESTOASE

La început femeia stă întinsă pe spate și apoi isi ridica genunchii. Fiind după aceea ajutată de bărbat, ea îi împinge până aproape în dreptul sânilor. În continuare bărbatul trebuie să-și introducă Tija de Jad în Fetiță. Alternând apoi lovituri erotice profunde cu lovituri superficiale, el trebuie atunci să aibă drept țel Nodul ei interior și retinerea perfectă a spermei. Această metodă tainică de act amoros-sexual încurajează femeia care este senzuală să-și miște atunci corpul în armonie cu cel al bărbatului, care în anumite momente trebuie să o penetreze cât mai adânc. Femeia va simti astfel o foarte mare plăcere si Grota iubirii va secreta prețiosul ei lichid din abundență. Bărbatul se va strădui să absoarbă acest lichid (elixir) al reîntineririi, până la ultima picătură atât oral cât si prin Tulpina sa de Jad. Când femeia atinge de 10-15 ori orgasmul fără

Postura Urcușului Broaștei Țestoase. Reproducere după o serie de imagini japoneze care au fost realizate de anonimi, aproximativ 1680.

descarcare, el va înceta aproape complet miscările și va constientiza atent, timp de 30 de minute, starea profundă de fericire care apare. Prin practica corectă a Urcusului Broastei Țestoase puterea sexuală a bărbatului va creste de o sută de ori, iar femeia va experimenta o multumire completă.

Postura Zborului Phoenixului. Desen realizat după un pergament pictat aparținând scolii HOKUSAI, din Japonia, aproximativ 1830.

Variantă la postura Zborului Phoenixului. Reproducere după o imagine japoneză în culori realizată de KIKUGAWA EIZAN, aproximativ 1810.

POSTURA ZBORULUI PHOENIXULUI

La început, femeia stă întinsă pe spate si își ridică apoi picioarele. Bărbatul îngenunchează atunci între coapsele ei sprijinindu-se cu mâinile de pat. El își introduce încet și cât mai adânc Tija de Jad, pătrunzând în centrul Pietrei Prețioase si apoi se mișcă cu forță. Armonizându-și unduirile senzuale ale corpului cu acelea ale corpului ei, el trebuie să alterneze atunci trei lovituri amoroase moderate cu opt lovituri amoroase adânci, izbindu-se ferm de fesele ei, astfel încât Anemona Iubirii să se dilate și să se contracte secretând, datorită plăcerii imense, prețiosul elixir amoros, în mod firesc. El trebuie atunci să-si retină în totalitate sământa și să aducă femeia la orgasm de cel puțin 15 ori. Această metodă secretă de a face dragoste fără ejaculare vindecă rapid și în mod definitiv cele O sută de Suferinte.

POSTURA IEPURELUI SUGÂNDU-ȘI BLANA

La început bărbatul stă culcat pe spate cu picioarele întinse. Femeia îl încalecă atunci și își așează genunchii lângă partea exterioară a picioarelor lui, ea se plasează cu spatele la el și cu fata la picioarele lui. Apoi își introduce încetișor Tija

Postura Iepurelui sugându-si blana. Reproducere după o serie de imagini japoneze realizate de Moronobu, aproximativ 1682.

lui de Jad în Corzile Lirei ei si după aceea începe să se miște unduios si cu voluptate. Atunci când a atins de mai multe ori culmea plăcerii, dar fără descărcare, din ea se va scurge un minunat lichid abundent, ca dintr-un izvor, pe care iubitul ei trebuie să-l savureze cu nesat. Atunci fata ei va exprima o fericire profundă si intensă. Bărbatul trebuie să-si retină în totalitate sământa în timp ce practică această postură amoroasă care înlătură cele O Sută de Suferinte.

Varianta la Postura Suprapunerii Solzilor de Peste. Reproducere după o imagine chineză din timpul dinastiei Ming.

POSTURA SUPRAPUNERII SOLZILOR DE PEȘTE

La inceput bărbatul stă pe spate iar femeia vine atunci deasupra lui cu picioarele întinse în fata ei. Apoi bărbatul isi introduce încet Tija de Jad si după aceea se opreste si rămâne câtva timp complet nemiscat. El trebuie apoi să continue încet jocul în ea cu Tija sa de Jad, întocmai așa cum un prunc se joacă cu sânul mamei sale. La un moment dat, toate mișcările amoroase trebuie să fie realizate în mod preponderent de femeie care își va prelungi astfel orgasmul fără descărcare cât mai mult timp posibil. Bărbatul își va reține atunci în totalitate sperma și o va satisface din plin pe iubita sa. Această metodă amoroasă secretă vindecă în scurt timp toate dezechilibrele temperamentale.

Postura Cocorilor cu Două Găturí. Reproducere după o imagine atribuita lui Tsukioka, aproximativ 1760

POSTURA COCORILOR CU DOUĂ GĂTURI

La inceput barbatul stă confortabil, iar femeia se așează în poala lui cu fața spre el și cu picioarele desfăcute. Ea își încolăcește după aceea brațele în jurul gâtului lui, în timp ce el își introduce încetișor Tija de Jad adânc în Peștera ei care are forma bobului de grâu. Bărbatul trebuie atunci să-i ajute mișcările de du-te-vino în sus și în jos, punându-și mâinile sub fesele ei. El trebuie să își rețină în totalitate sămânța în timp ce ea atinge orgasmul fără descărcare de mai multe ori, iar secrețiile ei umede și minunate încep să curgă abundent. Când femeia este în final complet satisfăcută, amândoi trebuie să se odihnească extaziați timp de 25 de minute, fără să mai facă vreo mișcare.

Această metodă extraordinar de plăcută este foarte eficientă în vindecarea Celor Șapte Suferințe ale trupului.

* * *

Toate cele Nouă Posturi Amoroase ale Fetei Negre subliniază cât se poate de clar în descrierea lor împlinirea și fericirea sexuală profundă a femeii. Bărbatul trebuie atunci să-și rețină în totalitate sămânța și totodată să își mențină controlul constient asupra circulației ascendente a energiei sexuale în ființa sa. Actul sexual realizat cu continență creează curenți subtili de energie specifici și are un efect profund și evident asupra respirației, bătăilor inimii și circulației sângelui. Esența YIN (-) a femeii fericite mărește atunci considerabil forța YANG(+) a bărbatului, alimentându-i și invigorându-i întregul trup. Acesta este un mare secret sexual care este cunoscut atât în tradiția taoistă cât și în cea tantrică. SHIVA PURANA, un faimos tratat indian de metafizică afirmă că: „Cel care își arde de mai multe ori corpul cu focul cel tainic al lui SHIVA și îl inundă din plin cu apele regenerante ale Elixirului amoros al iubitei sale dobândește repede nemurirea spirituală."

Fata Cea Neagră personifică inițiatoarea transcendentală în misterele ultime ale sexualității. Desen după o fotografie contemporană.

În „Tratatul sexual secret al Fetei Negre", Inițiatoarea Sexuală explică Împăratului Galben că dacă un bărbat trece de 100 de ori prin cele patru stadii de extaz în timpul actului amoros realizat numai fără ejaculare, va primi apoi neîntârziat ajutorul celor „Nouă Spirite" ale femeii. Fata Cea Neagră spune: „Dacă Tija de Jad nu ajunge să fie foarte activă fără a-și descărca sămânța, atunci spiritul cel armonios nu va fi dobândit. Dacă ea este foarte activă, însă nu ajunge să fie și suficient de mare, atunci spiritul trupesc nu va fi obținut. Dacă ea este suficient de mare, însă nu este foarte fermă (TARE), spiritul osului nu va fi dobândit. Dacă este foarte fermă, dar nu este și fierbinte, atunci spiritul căldurii nu va fi dobândit. De aceea, se spune că activitatea este rezultatul efervescentei sămânței, mărimea este începutul, fermitatea este „despărțirea", iar căldura este poarta cea tainică a iubirii. Dacă cele patru spirite care au fost enumerate sunt corect controlate, abia atunci canalul secret al sămânței nu se va mai deschide deloc și pentru bărbat - DATORITĂ TRANSMUTĂRII BIOLOGICE- nu va mai exista ejaculare." Taoismul afirmă că aceste patru spirite sunt esențiale în formarea și controlul sămânței. Controlul perfect asupra lor este dobândit determinând Tulpina de Jad să manifeste activitate, mărime, duritate și căldură.

Fără îndoială că practicile sexuale taoiste produc un profund și sănătos efect fiziologic. Reținerea neîntreruptă și conștientă a spermei în vederea transmutării

ii permite bărbatului să dea cât mai multă fericire și energie iubitei sale, beneficiind în același timp și el de esența ei secretă, hrănitoare YIN (-).

Dacă ne-am hotărî să devenim pentru totdeauna abstinenți, atunci spiritul nostru profund nu va evolua rapid fiindcă schimbul misterios, dătător de armonie și PUTERE dintre YIN (-) și YANG (+) va înceta. Oare cum ne vom mai putea noi amplifica astfel forța și esența vitală? Combinarea esenței noastre vitale în timpul frecventelor contacte sexuale, realizate NUMAI CU CONTINENȚA, înlocuirea constantă a energiilor noastre vechi cu altele noi, dăruirea energiei noastre YANG (+) femeilor iubite - aceasta este calea rapidă prin care se poate obține un profund și real beneficiu. Dacă un bărbat viril și puternic știe să facă totdeauna dragoste fără să emită deloc sămânță, atunci esența sa vitală tainică va circula armonios și liber în interiorul ființei sale. Acesta este secretul cel mare al vieții, care va aduce mari beneficii aspirantului. SU-NU-CHING

Tatăl Cosmic unit amoros cu Mama Cosmică. Tibetanii le dau numele de KUNTU ZANGPO și KUNTU ZANGMO (Marele DUMNEZEU Tată-Mamă) și îi invocă drept niște străbuni arhetipali plini de bunătate pentru oameni. În fața imaginii lor unii credincioși meditează profund privindu-i ca pe un ideal al cuplului perfect și astfel ei sunt atunci vizualizați ca fiind și rămânând în culmea extazului amoros. Reproducere după o gravură în lemn de la sfârșitul secolului al XIX-lea, Sherpa, Nepalul oriental.

Dacă un bărbat viril și puternic se angajează cu iubita sa într-un joc amoros, o singură dată, fără să emită deloc sămânță, atunci esența lui vitală va deveni după aceea puternică. Dacă el realizează acest lucru de cel puțin două ori, auzul și văzul său vor deveni foarte clare. Dacă el realizează aceasta de cel puțin trei ori, toate bolile trupului său vor dispare în curând. Dacă el realizează aceasta de patru ori - atunci mentalul său va dobândi o mare pace interioară. Dacă va realiza aceasta de cinci ori - atunci circulația sângelui său va fi mult îmbunătățită. Dacă va realiza aceasta de șase ori - spatele său (coloana vertebrală) va deveni flexibil și puternic. Dacă va realiza aceasta de șapte ori - coapsele și fesele sale își vor mări mult forța. De opt ori - întregul său trup va deveni în scurt timp fermecător, strălucitor și radiant. De nouă ori - durata și armonia vieții lui va crește foarte mult.

YI-FANG-PI-CHUCH

CELE NOUĂ SUFLURI TAINICE ALE FEMEII

Potrivit tradițiilor clasice chineze, nouă sufluri care sunt trezite și armonizate împreună formează prin osmoză un Mare Suflet. Această tradiție este întâlnită în învățăturile oculte din China, Tibet, India, Egipt și Persia antică. „Tratatul sexual secret al Fetei Negre", care descrie nouă posturi erotice, cuprinde un rezumat cu privire la „Cele Nouă Sufluri tainice ale Femeii" și sugerează anumite modalități de recunoaștere a acțiunii lor prin înțelegerea și conștientizarea limbajului corporal al femeii. Opt dintre cele nouă sufluri sunt descrise ca fiind în legătură directă cu manifestările sexuale. Fata Cea Neagră explică:

"«Cele Nouă Sufluri Tainice ale Femeii» pot fi ușor cunoscute studiin-du-le cu atenție manifestările. Dacă o femeie vitală și frumoasă respiră adânc și înghite saliva pe care o secretă din abundență, atunci fără îndoială este activ suflul tainic al plămânilor. Dacă ea începe să șoptească spontan cuvinte de dragoste și își sărută extaziată iubitul, atunci în acele momente este fără îndoială trezit suflul inimii. Dacă ea își strânge coplesită iubitul în brațe, atunci fără îndoială că suflul splinei s-a trezit la viață. Dacă Peștera Sexualității devine gradat umedă și alunecoasă, atunci fără îndoială că este stârnit suflul rinichilor. Dacă ea începe să sugă în mod voluptos limba iubitului, atunci fără îndoială că suflul oaselor este animat. Dacă ea încercuiește excitată partea inferioară a corpului iubitului ei cu picioarele ei, atunci fără îndoială că este viu suflul mușchilor. Dacă ea începe în mod activ să realizeze jocul cu Tija de Jad, atunci fără îndoială că este stimulat suflul sângelui. Și dacă ea mângâie încântată sfârcurile și pieptul iubitului ei, atunci fără îndoială că suflul trupului a devenit mulțumit. Dacă toate aceste opt sufluri tainice nu sunt în mod adecvat trezite și armonizate, atunci femeia va fi nemulțumită de actul erotic. Însă dacă aceste sufluri sunt trezite gradat, ea se va bucura din plin și mult de marile beneficii."

Cel de-al nouălea suflu al femeii este fără îndoială activat atunci când aproape permanent ea face dragoste cu dăruire. Atunci ea își simte aproape simultan iubitul cu plămânii, cu inima, cu splina, cu rinichii, cu oasele, cu mușchii, cu sângele, cu carnea și cu întreaga ei ființă. Toate suflurile ei interioare devin atunci implicate și se armonizează. Atunci cel de-al nouălea suflu, care este și cel mai profund, devine fericit și astfel este resimțită o stare cu totul nemaipomenită de mulțumire și împlinire interioară. În acest punct, Marele Suflu acum întregit, care a luat ființă în momentul concepției, poate fi cunoscut foarte bine și cu exactitate.

O astfel de experiență extraordinară care este rezultatul firesc al actului amoros realizat numai cu continență și pasionat, poate chiar conferi în mod spontan intuiția vieților anterioare. Odată ce o ființă umană și-a întors cu adevărat conștiința către punctul (FOCARUL) originar, există atunci un potențial enorm care ne ajută să ajungem la descoperirea legăturilor ce ne mențin în „lanțul cauzalității". Experiențele amoroase profunde și deosebit de puternice pot provoca în cei doi iubiți continenți

străfulgerări bruste și neasteptate ale trecutului care tin de existentele lor anterioare. Experienta bucuriei pure care apare în mod spontan prin cunoasterea desăvârsirii ce se instalează în fiinta noastra prin revelarea Sinelui Etern este menționată în Tantra sub denumirea de „Stadiul Suprem al Împlinirii". În „Învățăturile secrete ale lui Naropa", un text budist important din sec.XI, se spune:

"Persoana care realizează «Stadiul Suprem al Împlinirii» în YOGA, care este una dintre cele mai eficiente metode de trezire și dezvoltare a spiritualitatii, trebuie să aspire din toate puterile să-si descopere si să experimenteze Fiinta vesnică și autentică într-o singura viată. Semnul acesteia este o stare oceanică de dizolvare extatică ce radiază în timp ce trece prin „Nervul Subtil" central (SUSHUMNA NADI). O astfel de persoană trebuie să se străduiască atunci să experimenteze complet semnificatia profundă a Sinelui Suprem al ei și a Sinelui Suprem al Celuilalt. Această experiență extatică poate fi trăită prin stimularea puterii sexuale si a vitalității, nepermițând scăderea lor prin descărcarea (ejacularea) potențialului „sexual" și prin absorbirea într-o stare de transfigurare a secrețiilor amoroase ale femeii, astfel încât să apară un sentiment constant de spontaneitate beatifică."

Acest stadiu al împlinirii perfecte în YOGA implică deplina armonizare a aspectelor fizic, emoțional si mental ale ființei umane si ea este expresia completă a fericirii oceanice profunde a actului amoros nesfârsit (FĂRĂ DESCĂRCARE) și armonios. Experienta trăită atunci este plenar extatică, superorgasmatică și complet satisfăcătoare. Învățăturile secrete tibetane o aseamănă cu momentul Genezei și o corelează cu acea unire extatică a spiritelor ancestrale primordiale, Tatăl și Mama cosmică. Reprezentarea iconografică tradițională a acestui moment este un cuplu extaziat așezat într-o strânsă îmbrățișare amoroasă, aspectul masculin fiind colorat în albastru închis, iar cel feminin în alb lăptos.

Marele Suflet desăvârsit, care este cunoscut în traditia chineză ca fiind PO, devine viu odată cu conceptia. El se consideră că este format prin uniunea dintre părinți și este direct răspunzător de dezvoltarea organelor vitale ale corpului nou format (foetusul). Așa cum am menționat mai sus, el are nouă părti care sunt concepute ca fiind niște sufluri vitale, care sunt descrise în „Cele Nouă Sufluri Tainice ale Femeii". În mod normal, aceste sufluri sunt adormite (latente) în corpul femeii, însă ele se trezesc și încep să se manifeste atunci când sunt stimulate de erotismul cu continență. Complementarul Marelui Suflet este HUN sau Marele Spirit. HUN intră în corpul copilului atunci când acesta respiră pentru prima oară. Când o persoană moare, acest Mare Spirit pleacă primul.

Aceeași deosebire care există între Suflet și Spirit este întâlnită în cadrul tuturor sistemelor religioase antice. De exemplu, BA și KA în Egiptul antic, paralele cu PO și HUN în China. Marele Suflet (PO) și Marele Spirit (HUN) se referă de fapt la fortele tainice solară (+) și lunară (-) care există atât în microcosmosul fiecărei ființe umane cât și în Macrocosmos. Ele sunt „legatura secretă cosmică" dintre lumea

aceasta și lumea cealaltă. Cultivând o cât mai deplină conștiență a acestor două principii și adoptând periodic rolurile lor, în mod conștient, în timpul actului sexual transfigurator, realizat cu continență, cuplul va putea să realizeze astfel complexe schimburi energetice subtile care vor determina efecte importante în ființele lor. Din acest important secret rezultă nenumărate aplicații practice.

Spre exemplu, dacă o persoană și-a produs un accentuat dezechilibru în personalitatea sa, ajungând să fie foarte agresivă, acea persoană se poate îndrepta și echilibra cu usurință asumând adeseori rolul pasiv (lunar) în timpul jocului amoros realizat însă cu continență. Într-o altă situație, cineva care se confruntă cu o accentuată stare de slăbiciune și pasivitate își poate trezi și amplifica în scurt timp fortele solare asumându-și adeseori rolul activ, dominant în cadrul actului amoros-sexual realizat însă cu continență. În sfârsit, cuplul transfigurat și perfect continent poate experimenta prin comuniune extatică esența Marelui Suflet și a Marelui Spirit. Acesta este de altfel scopul constant al practicilor amoroase taoiste realizate cu continență.

Dacă YIN (-) și YANG (+) se echilibrează și se polarizează perfect, atunci Spiritul și Sufletul obțin imediat un loc în care pot să se contopească. YANG (+) este Spiritul-HUN al Soarelui (+), iar YIN (-) este Sufletul-PO al Lunii (-). Dacă ei se pot uni perfect într-o coexistență reciprocă, atunci se va stabili o stare potrivită pentru o concepție extatică de natură spirituală. Natura tainică a bărbatului este atunci echilibrată dinăuntru și dezvoltă astfel o formă definitivă. Pasiunea bărbatului este după aceea reglată de factori externi.

Pasiunea aceasta elevată întregește uniunea dintre Cer (+) și Pământ (-); când „dur" (+) își manifestă energia sa nesfârșită, „moale" (-) se dizolvă fericită în tainica umezeală. Bărbatul este alb, femeia este rosu. Când este atins orgasmul divin, fără descărcare (EJACULARE) elementul apă (-) stinge (POLARIZEAZĂ ÎN MOD ARMONIOS) elementul foc (+). Amestecul datător de PUTERE constituie prima legătură în secvența tuturor elementelor. Astfel este pusă temelia embrionului spiritual în fiecare dintre cei doi care acum încep să devină Unul.

TS'AN-T'UNG-CH'I

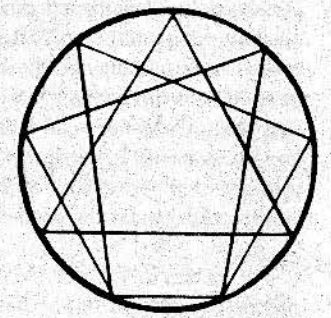
Atunci când cei doi urmăresc să conceapă împreună un copil, pasiunile bărbatului și ale femeii trebuie să se amestece în mod armonios în actul amoros. Dacă în momentul fertilizării, sângele YANG (+) (OVULUL) soseste primul, sămânța (SPERMA) YIN (-) va fi învăluită. Și atunci suflul tainic al oaselor va face să se dezvolte un embrion <mascul>. Dacă din contră, sămânța (SPERMA) ajunge prima, iar ovulul se amestecă împreună cu aceasta după aceea, ea va fi cea care este învăluită. <Sângele> femeii va rămâne atunci aproape de originile sale și din această cauză se va dezvolta un embrion <femel>.

CH'U-SHIH-I-SHU

NUMĂRUL YANG

În aproape toate traditiile ezoterice ale lumii antice, numarului noua i se atribuiau puteri magice. Numerele impare sunt adeseori asociate cu forta masculina (+), iar numerele pare cu forta feminina (-). Numerele 1, 3, 7 si 9 sunt in general considerate de importanta magica si multiplicându-le intre ele rezulta o noua serie de numere magice. Printre acestea, cele mai importante sunt 21, 27, 49, 63 si 81.

In Egiptul antic se cunostea o „Eneada" (o combinatie de noua) de zei, formata din trei triade. O triada magica tipica ar fi conceptul de tata-mama-copil, sau triada principiilor care formeaza structura acestei carti: creatie, transcendenta si mentinere. China avea traditii secrete similare referitoare la puterea numărului 3 si la forta sa amplificata ca 9. În ziua a 9-a a lunii a 9-a în China se obisnuia ascensiunea spre vârfurile dealurilor si muntilor, fiindca se considera ca aceasta practica amplifica ceea ce este bun si solar în personalitate si totodata dezvolta longevitatea. Practicile magice europene contemporane folosesc foarte mult unitati de 3 si 9; initiatul George Gurdjieff a introdus chiar o diagrama mistica bazata pe numărul 9 si a numit-o ENEAGRAMA. De atunci acesta a avut o mare si semnificativa influenta asupra ocultismului vestic si asupra ritualurilor magice in particular.



Eneagrama care dupa cum se poate observa reprezinta relatia dintre noua puncte (FOCARE SECRETE DE PUTERE) de-a lungul circumferintei unui cerc. Fiecare dintre aceste puncte corespunde unei planete si unei deschizaturi a corpului.

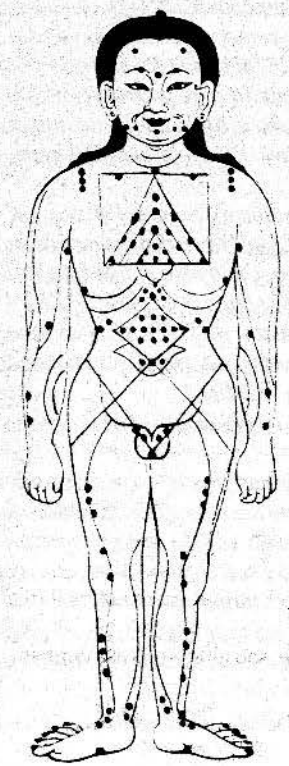
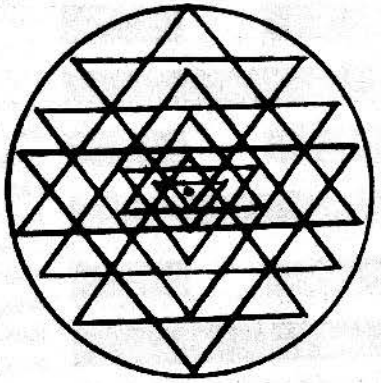


Diagrama medicala care prezinta cele 108 puncte-FOCAR ce se află pe corpul uman, unde este eficientă (în cazul în care se urmăreste vindecarea diferitelor boli) maxibustia (arderea unor materiale moi direct pe piele, ca agent cauterizant) în refacerea echilibrului psiho-fizic. Maxibustia este o tehnică străveche care consta în arderea unor ierburi aromate pe suprafata pielii sau pe ace de acupunctură fixate pe corp. Punctele pentru maxibustie sunt deloc întâmplator grupate în triade si sunt intim legate de traditiile antice ale vindecării spirituale. Maxibustia este în special potrivita pentru a vindeca rapid si pe cale naturală problemele sexuale. Reproducere după un manuscris tibetan din sec. XVII.

Alte exemple ale semnificatiei numarului 9 sunt Trinitatea hindusă de Forte deja mentionată, care sunt grupate câte trei, „Cele Noua Deschizaturi" ale corpului uman si „Cei Nouă Conducători" sau „Nouă Spirite" care influenteaza destinul unei persoane. Pentru cel sau cea care urmeaza traditia tantrică a lui SHAKTI (evocarea energiei creatoare feminine), ritualurile si formele simbolice ale celor Nouă Zeite (NAVA DURGA) sunt de o maximă importantă. Diagrama mistică a Marii Puteri Cosmice TRIPURA SUNDARI cunoscuta ca SRI CHAKRA YANTRA, care este atât de populară în sistemul tantra hindus, constă din exact 9 triunghiuri care se intretaie si care sunt identificate în mod direct cu cele Nouă Deschizături si cu relatia tainică ce există între microcosmosul fiecarei fiinte umane si Macrocosmos.



SRI CHAKRA (YANTRA) - diagramă a lui TRIPURA SUNDARI care prezintă nouă triunghiuri ce se intretaie, toate acestea fiind un simbol al relatiei dintre microcosmosul fiintei umane si Macrocosmos. Reproducere după o pictura indiană din sec. XVIII

Taoismul amoros secret precizeaza că există „Noua stiluri distincte de miscare ale Tulpinii de Jad" în interiorul „creuzetului feminin". Referitor la aceasta Maestrul Tung afirmă:

"Există următoarele stiluri distincte de miscare ale Tulpinii de Jad:

1) penetram în stânga si apoi în dreapta, în acelasi fel în care un luptator curajos pătrunde în rândurile inamicilor;

2) prin miscări realizate în sus si în jos asemenea unui cal naravas care se ridică în două picioare într-un curent de apa;

3) împingând profund înauntru si apoi tragând în afara, asemenea unui stol de pescărusi ce se joacă pe suprafata valurilor;

4) alternând penetratii profunde cu altele superficiale în mod rapid, asa cum o vrabie ciuguleste boabele de orez care au rămas într-un mojar;

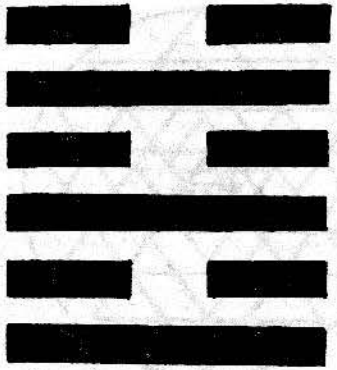
5) alternând penetratii profunde si penetratii superficiale în mod continuu, în maniera în care pietrele mari se scufundă atunci când sunt aruncate în mare;

6) împingând încet asa cum un sarpe intră în gaura sa când trebuie să hiberneze pentru iarnă;

7) împingând încet si apoi miscând iute, într-un mod asemănător unui sobolan înfricosat care intră grăbit în gaura lui;

8) încet, ca si cum un om si-ar târsâi picioarele, sau altfel spus asa cum un soim înhată un iepure în timp ce acesta face salturi;

9) ridicându-se brusc si apoi lasându-se la fel de brusc în jos, în acelasi fel în care pânza întinsă a unei barci înfruntă furtuna."



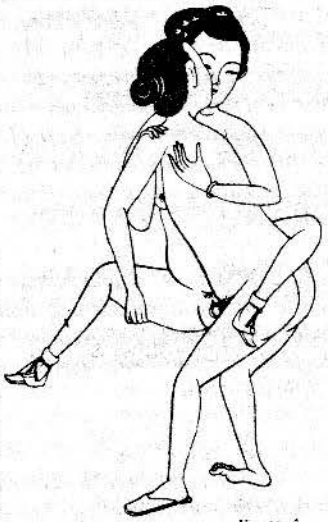
A 63-a hexagramă, cunoscută sub denumirea „După întregire", simbol al climaxului sexual realizat fără descărcare (EJACULARE).

În altă parte a textului, Maestrul afirmă: "Trebuie să se realizeze penetrații adânc și la suprafață, încet și rapid, drept și oblic - toate acestea trebuie să fie cunoscute prin propriile lor caracteristici. O penetrație lentă trebuie să fie asemenea mișcării pe care o face un crap când este prins în cârlig. O penetrație rapidă trebuie să fie ca zborul unei păsări împotriva vântului. Intrând și retrăgându-se, mișcându-se în sus și în jos și apoi acționând de la stânga la dreapta, alternând astfel penetrațiile la anumite intervale sau în succesiune rapidă, toate aceste mișcări trebuie să fie corelate corect. Fiecare mișcare amoroasă trebuie să fie aplicată la timpul potrivit, cu o spontaneitate plină de bucurie mai degrabă decât să existe menținerea neschimbată a unui singur stil, care se potrivește doar idiosincrasiilor personale."

Potrivit taoismului, multiplul numărului 7 x 9 = 63, este „Numărul uniunii sexuale". În YI KING ("Cartea Transformărilor" care aparține tradiției chineze) hexagrama a 63-a este denumită „După întregire". Fiind compusă din linii alternative continue sau discontinue, ea simbolizează exact momentul climaxului fără descărcare (EJACULARE) și reprezintă o stare de forță și de echilibru perfect. Hexagrama respectivă reprezintă uniunea dătătoare de putere dintre apă (-) și foc (+). Pe scurt, interpretarea sa obișnuită este „linii puternice în locuri puternice și linii slabe în locuri slabe; perspectivă foarte favorabilă, cu o minunată orientare spre gândire. Când s-a atins echilibrul perfect, orice altă mișcare poate determina trecerea de la ordine la dezordine. Există mai ales atunci necesitatea de a menține cât mai mult timp atitudinea potrivită." După cum se deduce din această hexagramă, imediat după un climax fără descărcare (EJACULARE), elementele masculin (+) și feminin (-) se găsesc într-o stare naturală de armonie. Orice mișcare în afara acestei stări de armonie trebuie realizată cu mare grijă.

Nouă înmulțit cu el însuși dă 81. Acesta este cunoscut de asemeni ca fiind un număr YANG (+) și el are implicații deosebit de adânci. Manuscrisele chinezești care tratează despre tehnicile sexuale subliniază la rândul lor ciclul celor nouă penetrații și le consideră ca fiind ritmul caracteristic actului amoros realizat cu continență. Împărații chinezi, care erau exponenții supremi ai magiei sexuale, trebuiau tocmai de aceea să aibă nouă consoarte în fiecare noapte și ei erau sfătuiți să facă dragoste cu fiecare dintre ele fără a ejacula. Atunci ei erau considerați ca fiind complet înzestrați din punct de vedere viril și capabili de a procrea copii spirituali. Textul taoist denumit „Recomandările secrete pentru arta dormitorului" descrie pe larg metoda „întregirii numărului YANG":

"În actul amoros-sexual, sămânța (SPERMA) trebuie totdeauna să fie considerată drept substanța cea mai importantă; păstrând-o mereu, bărbatul își protejează și își prelungește PUTEREA, fericirea și viața. Există o metodă secretă de păstrare a sămânței (SPERMEI) care constă în a face de nouă ori câte o pauză după fiecare serie de câte 9 penetrații a Tulpinii de Jad; emisia sămânței mai poate fi de asemeni împiedicată și prin presarea (înainte ca sămânța să se pornească) unui punct ce se află dedesubtul Tijei de Jad, cu degetele mâinii stângi. Această tehnică, dacă este realizată la momentul oportun, ajută la oprirea ejaculării și determină sperma să se orienteze spre interior, (spre a fi INTEGRAL TRANSMUTATĂ în energie), întărind astfel întregul corp.



Postură amoroasă realizată în picioare. După o acuarelă chinezească din sec. al XVII-lea.

Absorbirea esenței tainice a femeii este determinată de alternarea a 9 penetrații slabe cu o penetrare adâncă. Plasându-ți gura pe cea a iubitei, inhalează-i atunci complet respirația și bea-i totodată saliva. După ce toate sucurile ei intime sexuale au fost înghițite într-o stare de intensă transfigurare, ele vor coborî în stomac unde se vor transforma din esență YIN (-) în esență YANG (+). Când acest lucru s-a realizat de cel puțin trei ori, trebuie să fie reîncepute penetrațiile superficiale, alternând astfel 9 din acestea cu o penetrare adâncă și vom proceda astfel de 9 ori câte 9. Acest număr, 81, conferă atunci o întregire elevată a YANG-ului."

Nouă are de asemeni un rol în homeopatia occidentală, unde metoda învigorării substanțelor implică o diluare de la 9 la 9, care se repetă de mai multe ori în mod succesiv, în proporții din ce în ce mai mici de medicament, față de materialul de bază care este considerat inert. Cu cât este mai puternic un remediu homeopatic, cu atât este mai bună diluarea. În acel caz, tocmai de aceea o putere mare duce la rezultate rapide și este considerată ca fiind eficace.

Dansurile mistice ale sufiților folosesc unități de 9 ca baze de măsură a mișcărilor lor. Multe tehnici de respirație controlată din TANTRA YOGA se bazează de asemenea pe o metodă de învigorare ce folosește cifra 9. Misterele numărului 9 sunt adeseori subapreciate fiind considerate niște „superstiții primitive", însă dincolo de aparențe ele au de fapt un fundament cosmic și prin intermediul ritmurilor lor tainice au un mod de acțiune subtil. Primele 9 luni ale ciclului nostru de viață ni le petrecem în pântece. Aceasta este perioada când fiecare din noi luăm o formă. A crea în mod conștient cicluri de 9 face să apară o influență puternică asupra formării noastre psiho-fizice.

Fata cea Neagra si Fata cea Sincera au comparat actul sexual cu amestecul dintre apa (-) si foc (+), afirmând că în cazul celor ignoranti aceste doua elemente pot omori oamenii, însă în cazul celor întelepti le pot oferi viata si PUTERE. Totul depinde de faptul dacă respectiva persoană a învătat sau nu metodele corecte ale actului erotic, sau cu alte cuvinte ŞTIINŢA CONTINENŢEI SEXUALE. Împăratul Galben a avut astfel succes în obtinerea Elixirului Tainic cu Nouă Proprietăti si, după ce l-a băut, s-a ridicat la Cer călare pe un dragon.
KO HUN

Când am împlinit vârsta de 20 de ani am devenit foarte pasionat de studiile taoiste. Intrând apoi în mănăstire am învătat practica întăririi fortei vitale după Cartea Galbenă. Am învătat după aceea despre cele 3-5-7-9 modalităti secrete de a face dragoste. Între perechi de patru ochi si două limbi am practicat tao amoros în Câmpia de Cinabru.

HSIAO-TAO-LUN/CHEN-LUAN

A te reîntoarce de 9 ori, a relua de 7 ori, a reveni de opt ori si a rămâne înauntru de 6 ori. Şi când astfel a fost atins de mai multe ori orgasmul fără descărcare (EJACULARE), atunci „metalul" se amestecă cu „focul" si apare marea putere care este însotită de marea fericire.

TS'AN-T'UNG-CH'I

Un învătător tantric în uniune amoroasă extatică împreună cu iubita sa. Uniunea lor extatică exprimă stadiul cel mai înalt al împlinirii prin iubire infinită în Tantra YOGA, când deplina spiritualitate este plenar atinsă într-o singură viată. Reproducere după o pictură tibetană din sec. XVI.

VARIAŢIUNI AMOROASE JUCĂUŞE

Iată ce a declarat cu privire la amor maestrul taoist Tung. „Dintre toate lucrurile minunate care îi fac pe oameni să fie fericiti si să prospere, nici unul nu se poate compara cu actul sexual realizat fără descărcare (CU CONTINENŢĂ). Acesta are ca model Cerul, dar isi concretizează forma pe Pământ; el echilibrează de asemenea în mod plăcut si cel mai bine aspectele subtile YIN (-) si YANG (+). Cei care îi înteleg pe deplin semnificatia, pot obtine prin aceasta beneficii durabile si profunde si isi pot prelungi foarte mult durata vietii. Doar cei ignoranti si stupizi, care nu îi înteleg adevărata sa semnificatie, isi pot cauza prin intermediul său un mare rău si pot să se îmbolnăvească sau chiar să moară înainte de vreme. Adevărat vă spun, Cerul (+) se învârte către stânga, iar Pământul (-) se învârte către dreapta. În acest fel, cele patru anotimpuri se succed unul altuia; bărbatul împinge, femeia primeste; sus există actiune, jos - întelegere."

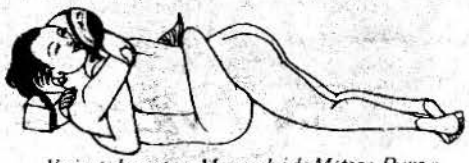
Bărbatul (+) si femeia (-) trebuie să se mişte în conformitate cu orientarea lor cosmică. Bărbatul initiat trebuie să împingă fiind deasupra, iar femeia initiată trebuie să primească fiind dedesubt. Uniti în acest mod, fără a se descărca deloc, cei doi sunt numiti Cerul (+) si Pământul (-) care se află într-un Echilibru Perfect. În broşura sa, maestrul Tung citează o serie de Variatiuni Amoroase Jucăuse ce derivă din cele patru posturi amoroase de bază, care sunt conexe cu cele patru anotimpuri: primăvara, vara, toamna si iarna. El enumera si descrie în total 30 de posturi amoroase care - sustine el - ar acoperi întreaga gamă a posibilităţilor jocurilor amoroase realizate cu continentă. Dintre acestea, următoarele 26 de Variatiuni Amoroase Jucăuse care se referă la diverse posturi amoroase, sunt minunat descrise:

POSTURA MOSORULUI DE MĂTASE

Postura Mosorului de Matase. După o stampă chineză din secolul XIX.

Femeia se află culcată pe spate si apoi îmbrătişează umerii bărbatului cu braţele, încolăcindu-si simultan ambele picioare în jurul mijlocului bărbatului. Bărbatul stă atunci deasupra si o îmbrătişează la rândul său, presând şi masând astfel uşor dar excitant, partea inferioară a corpului său peste coapsele ei. El îşi introduce apoi încetişor Bagheta de Jad.

Variantă la Postura Mosorului de Matase. După o pictură chineză din secolul XVIII.



Varianta la postura Mosorului de Matase. După o gravură pe lemn a lui HISHIKAWA MORONUBU (1618-1709).

POSTURA DRAGONULUI CARE SE ÎNTOARCE

Femeia stă întinsă pe spate şi apoi îşi ridică picioarele. Bărbatul îngenunchează atunci între coapsele ei şi apoi cu mâna sa stângă îi împinge picioarele până când acestea îi ajung deasupra sânilor. Apoi, cu mâna sa dreaptă el îşi introduce încetişor Bagheta sa de Jad în Peştera ei Preţioasă.

Postura Dragonului care se întoarce. După o pictură chineză din secolul XIX.

Postura Peştelui cu patru ochi. După o pictură chineză de la sfârşitul secolului XVIII.

POSTURA PEŞTELUI CU PATRU OCHI

Bărbatul şi femeia stau faţă în faţă, întinşi pe partea laterală. Ea îşi plasează apoi un picior peste coapsele lui. Cei doi se sărută atunci foarte languros, folosindu-şi deopotrivă buzele şi limbile. Apoi, bărbatul se mişcă şi ridică cu mâna piciorul iubitei sale, avansând astfel uşor, până când îşi introduce încetişor Bagheta de Jad.

POSTURA PERECHII DE RÂNDUNELE

Femeia stă întinsă pe spate şi apoi îşi depărtează picioarele. Bărbatul vine atunci deasupra ei şi se mişcă între coapsele iubitei sale; avansând, el îi îmbrăţişează şi îi mângâie gâtul şi sânii. La rândul său, ea îl îmbrăţişează din ce în ce mai strâns pe măsură ce Bagheta lui de Jad pătrunde în Peştera ei de Cinabru.

Varianta la Postura Peştelui cu patru ochi. După o pictură chineză de la sfârşitul secolului XV.

Postura Perechii de Rândunele. După o pictură chineză din secolul XIX.

Postura Unirii Regelui Pescar. După o stampă japoneză a lui TORII KIYONOBU, circa 1703.

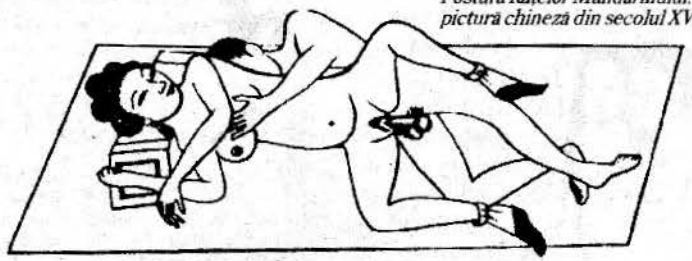
POSTURA UNIRII REGELUI-PESCAR

Femeia stă întinsă pe spate cu picioarele ridicate şi îşi ţine gleznele cu mâinile (dar pe partea exterioară); procedând în acest fel, ea se deschide atât cât este necesar. Bărbatul îngenunchează atunci între coapsele ei şi îi îmbrăţişează cu tandreţe talia cu ambele mâini. Avansând, el îşi introduce lent şi cu atenţie Bagheta de Jad între Corzile Lirei ei.

POSTURA RAŢELOR MANDARINULUI

Femeia stă întinsă pe partea laterală cu picioarele îndoite. Apoi, ea îşi plasează piciorul stâng peste coapsa dreaptă a bărbatului care se află îngenuncheat în spatele ei. La rândul lui, bărbatul îşi plasează atunci piciorul stâng deasupra gambei drepte a iubitei sale. Ridicând coapsa stângă a femeii prin mişcările genunchiului său stâng, el îşi introduce apoi încetişor Bagheta de Jad.

Postura Raţelor Mandarinului. După o pictură chineză din secolul XVIII.



POSTURA AVÂNTULUI FLUTURILOR

Bărbatul stă întins pe spate cu picioarele desfăcute. Femeia vine atunci deasupra, călărind peste coapsele lui şi fiind cu faţa spre el. Tălpile ei se sprijină ferm de pat. Ea este cea care are iniţiativa şi se mişcă, când delicat, când viguros, sprijinindu-se simultan şi în braţe. Femeia se joacă astfel în mod excitant deasupra Vârfului lui Pozitiv cu Poarta ei de Jad.

Postura Avântului Fluturilor. După o pictură chineză din secolul XIX.

POSTURA RATELOR CARE ZBOARA INVERS

Barbatul stă întins pe spate cu picioarele desfăcute. Femeia îl călăreşte, dar cu faţa spre picioarele lui (cu spatele la el). Aplecându-şi capul înainte, ea apucă Bagheta lui de Jad şi o introduce cu mâna în Peştera ei de Cinabru. Ea este cea care execută mişcările.

Postura Ratelor care zboară invers. După o pictură chineză din secolul XVIII

Varianta la postura Ratelor care zboară invers. După o acuarelă chineză din secolul XVII.

POSTURA PINULUI CU RAMURILE JOASE

Femeia stă întinsă pe spate cu picioarele ridicate şi încrucişate. Barbatul îi îmbrăţişează atunci talia, iar ea îi înconjoară la rândul ei spatele cu mâinile şi îl ţine în mod tandru de gât. Bagheta de Jad este apoi introdusă încetişor în Poarta de Jad.

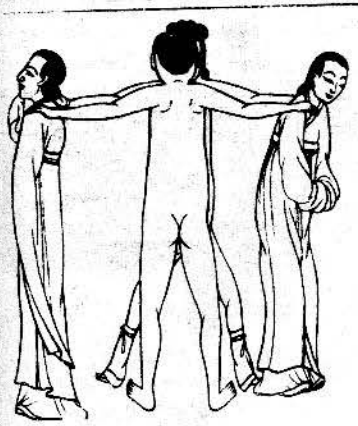
Postura Pinului cu ramurile joase. După o stampă japoneză a lui OKMURA MASANOBU, circa 1735

POSTURA BAMBUSULUI LÂNGĂ ALTAR

Barbatul şi femeia stau faţă în faţă, îmbrăţişându-se şi sărutându-se în mod senzual. Pe măsură ce se apropie din ce în ce mai mult unul de celălalt, el îşi introduce încetişor Vârful Pozitiv în Peştera ei de Cinabru, ajungând gradat până la Terasa Interioară.

Varianta la Postura Pinului cu Ramurile joase. După o pictură MAKIMONO japoneză, secolul XVII

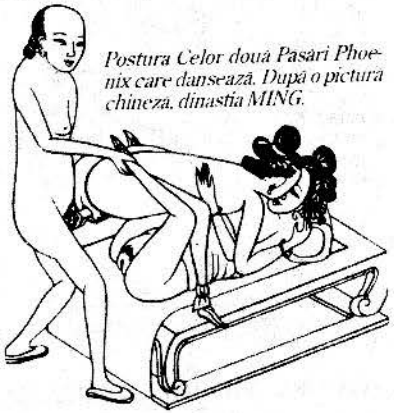
Postura Bambusului lângă Altar. După o pictură japoneză MAKIMONO de la sfârşitul secolului al XVIII-lea



Varianta la Postura Bambusului lângă altar. După o ilustraţie la un roman erotic chinez, circa 1610.

POSTURA CELOR DOUĂ PĂSĂRI PHOENIX CARE DANSEAZĂ

În această poziţie, bărbatul perfect continent face dragoste simultan cu două femei. Una dintre acestea stă atunci întinsă pe spate cu picioarele desfăcute şi uşor ridicate. Cea de-a doua femeie stă peste ea, cu pulpele extrem de depărtate astfel încât cele două Porţi de Jad să fie cât mai apropiate una de cealaltă. Femeile se îmbrăţişează atunci şi se sărută pline de dragoste, în timp ce bărbatul îngenunchează în spatele lor şi pătrunde pe rând în Porţile de Jad de sus şi de jos, făcând astfel dragoste cu fiecare din ele în timp ce cealaltă urmăreşte să resimtă plenar empatic, extazul lor amoros unindu-se cu ceilalţi doi în mod subtil.

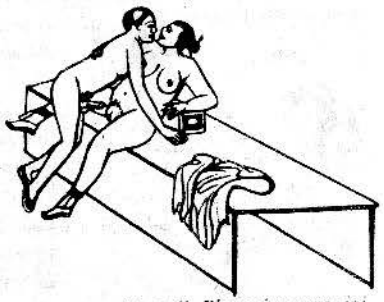


Postura Celor două Păsări Phoenix care dansează. După o pictură chineză, dinastia MING.

Postura Celor două Păsări Phoenix care dansează. După o stampă japoneză din secolul XVII.

POSTURA PĂSĂRII PHOENIX CARE ÎŞI ÎMBRAŢIŞEAZĂ PUIUL

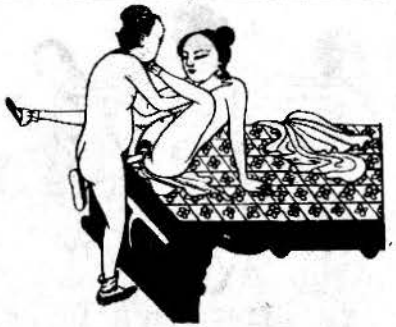
Această poziţie amoroasă nu este descrisă în text, dar se referă la o formă particulară de a face dragoste, în care cei doi iubiţi sunt un bărbat micuţ şi o femeie corpolentă şi mare.



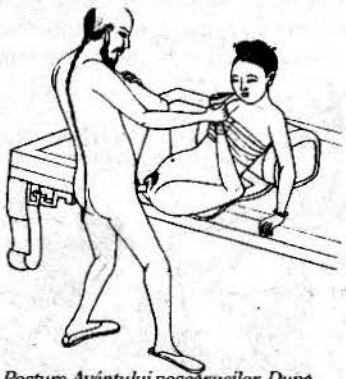
Postura Păsării Phoenix care îşi îmbrăţişează puiul. După o pictură chineză de la sfârşitul secolului XVIII

POSTURA AVÂNTULUI PESCĂRUȘILOR

Bărbatul se apropie de pat, pe marginea căruia stă femeia, cu pulpele desfăcute. El o trage în mod tandru spre el, și apoi îi ridică picioarele și își introduce adânc Bagheta de Jad în Poarta ei Prețioasă. Rămânând astfel ferm și ținând-o de picioare, bărbatul ridică apoi femeia și o face să atingă cele mai înalte stări de satisfacție și fericire.



Postura Avântului Pescărușilor. După o pictură chineză din secolul XVIII.



Postura Avântului pescărușilor. După o stampă chineză de la începutul secolului XIX.

Variantă la postura Avântului pescărușilor. După o pictură chineză din secolul XIX.

POSTURA SĂRITURII CAILOR SĂLBATICI

Femeia stă întinsă pe spate. Bărbatul îi ridică picioarele și apoi i le plasează pe umerii săi. Apoi el își introduce încetișor, cât mai adânc Bagheta de Jad în Poarta ei de Jad și după aceea o mișcă alternativ.

Postura Săriturii cailor sălbatici. După o acuarelă chineză, secolul XVIII.

Postura Săriturii cailor sălbatici. După o serie de picturi chinezești de la sfârșitul perioadei YUAN (1280-1367).

Reprezentare umoristică a posturii calului sălbatic în galop. După o pictură mongolă de la sfârșitul secolului al XVIII-lea.

POSTURA CALULUI SĂLBATIC ÎN GALOP

Femeia stă întinsă pe spate și își ridică piciorul drept. Bărbatul se apropie atunci și îngenunchează în fața ei, ridicându-i și mai sus piciorul drept și sprijinindu-i gâtul cu mâna sa stângă. Mișcarea amoroasă a celor doi trebuie să se apropie analogic vorbind de galopul unui cal sălbatic pe o preerie întinsă.

POSTURA CALULUI CARE TROPĂIE

Femeia stă întinsă pe spate și apoi își ridică piciorul drept, după aceea ea îl așează pe umărul stâng al bărbatului, care îngenunchează apropiindu-se de „grota" ei. În continuare, el își introduce Bagheta de Jad în Peștera ei de Cinabru, după care celălalt picior al femeii este mișcat de aceasta în mod spontan și liber, acest gest amintind de mișcarea unui cal care tropăie.

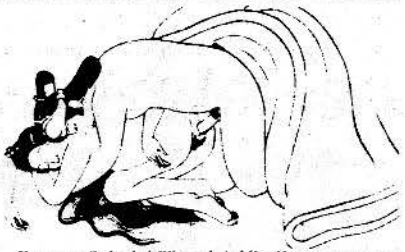
Postura Calului sălbatic în galop. După o pictură chineză de la sfârșitul secolului XVIII.

Postura Calului care tropăie. După o stampă japoneză, circa 1680.

Postura Calului care tropăie. După o stampă japoneză, circa 1640.

POSTURA SALTULUI TIGRULUI ALB

Femeia stă în patru labe, cu capul sprijinit jos, pe saltea. Barbatul îngenunchează în spatele ei, îmbrătișându-i tandru talia cu ambele mâini. El introduce apoi încetișor Bagheta sa de Jad în Poarta ei Pretioasă.



Postura Saltului Tigrului Alb. După o stampa japoneză de SUGIMURA JIHEI, circa 1680.

Postura Greierului pe un copac. După un rulou chinezesc pictat, secolul XVIII.

POSTURA GREIERULUI PE UN COPAC

Femeia stă întinsă cu fata în jos și cu picioarele larg deschise. Bărbatul se apropie atunci pe la spate, pătrunde între coapsele ei și apoi îi ridică usor bazinul. El își introduce după aceea încetișor Bagheta de Jad în Poarta Pretioasă si în continuare îmbrătișează cu tandrete gâtul femeii.

Varianta la postura Greierului pe un copac. După o stampă japoneză, începutul sec. al XVIII-lea.

Postura Caprei negre în fata copacului. După o gravură japoneză pe lemn, EDO, circa 1780.

POSTURA CAPREI NEGRE ÎN FAȚA COPACULUI

Bărbatul stă asezat confortabil, iar femeia se aseaza ghemuită cu spatele la el. Ea își întoarce atunci capul către el și se întreabă cum va putea el să-și introducă Bagheta lui de Jad în Casa Comorilor ei. Aplecându-se cât mai jos înainte, ea permite astfel intrarea Baghetei de Jad; bărbatul îi îmbrătișează apoi cu tandrete talia și o penetrează încetișor înspre în sus. Apoi, cei doi încep să-și miște trupurile ritmic încoace și încolo.

POSTURA PĂSĂRII DIN JUNGLĂ

Barbatul stă ghemuit sau este asezat pe pat, în timp ce iubita lui se află orientată cu fata la el, desfacându-și gradat cât mai larg picioarele. O a doua femeie pe care acelasi bărbat o iubește, își așteaptă rândul să facă dragoste cu el și totodată îi ajută încântata de intimitatea lor delicioasă pe cei doi, introducând încetișor Bagheta lui de Jad în Poarta ei Pretioasă si apropiindu-i prin împingeri senzuale ritmice pe cei doi. Ea se așează apoi în spatele primei femei și o ajută prin impulsionări adecvate să execute mișcările, împingând-o în mod excitant înainte și înapoi. Plăcerea, în acest caz, este maxima datorită stării foarte intense de empatie amoroasă care apare între cei trei care se mângâie și se iubesc plini de dăruire și transfigurare.

Postura Păsării din Jungla. Rulou japonez din secolul XVII.

Postura Păsării din Jungla. După o stampa chineză din dinastia Ming.

POSTURA PĂSĂRII PHOENIX JUCÂNDU-SE CU PEȘTERA DE CINABRU

Femeia stă întinsă pe spate, cu picioarele cât mai larg desfăcute și usor ridicate. Barbatul îngenunchează atunci cu fața la ea și își introduce încetișor Bagheta de Jad în Peștera ei de Cinabru. Această poziție erotică aduce o satisfactie rapidă și intensă în cazul celor care realizează corect continența sexuală.

Postura Păsării Phoenix jucându-se cu Peștera de Cinabru. După o stampă japoneză din SUKENOBU, secolul XVIII.

Postura Păsării Mistice avântându-se deasupra oceanului. După o stampa japoneza anonima, circa 1680.

POSTURA PĂSĂRII MISTICE AVÂNTÂNDU-SE DEASUPRA OCEANULUI

Femeia stă întinsă pe spate, iar bărbatul îi ține atunci picioarele cu mâinile. Aplecându-se apoi peste ea, el îi îmbrătișează în mod tandru talia și apoi își introduce încetișor Bagheta de Jad.

Postura Maimuței Urlatoare îmbrățișând un copac. După o pictură chineză dinastia MING.

POSTURA MAIMUȚEI URLĂTOARE ÎMBRĂȚIȘÂND UN COPAC

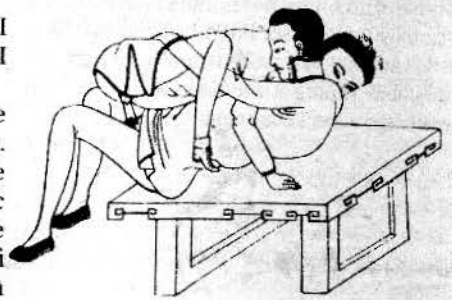
Bărbatul stă pe șezut cu picioarele întinse în față. Femeia îl îmbrățișează atunci cu ambele brațe, călărind în mod excitant peste coapsele lui. Bărbatul îi susține atunci fesele cu o mână și apoi își introduce încetișor Bagheta de Jad cu cealaltă mână. După aceea, sprijinindu-se de pat, el începe să se miște ritmic.

Varianta la Postura Maimuței Urlatoare îmbratișând un copac. După o pictură chineză secolul XVIII.

Postura Șoarecelui și Pisicii împărțind aceeași vizuină. După o pictură chineză, perioada HIEN LUNG (1736-1796).

POSTURA ȘOARECELUI ȘI PISICII ÎMPĂRȚIND ACEEAȘI VIZUINĂ

Bărbatul stă întins pe spate cu picioarele întinse și depărtate. Femeia îl încalecă și apoi își introduce chiar ea încetișor și cât mai adânc Bagheta lui de Jad în Peștera ei de Cinabru. O variantă a acestei posturi este aceea în care bărbatul se așează el în spatele femeii și își introduce încetișor Bagheta sa de Jad în Poarta ei Prețioasă realizând apoi mișcări de sus în jos.



Varianta la Postura Șoarecelui și Pisicii împărțind aceeași vizuină. După o pictură chineză secolul XIX.

Postura Maimutelor in cea de-a treia lună a primăverii. După o stampă chineza, dinastia MING.

POSTURA MAIMUȚELOR ÎN CEA DE-A TREIA LUNĂ A PRIMĂVERII

Femeia stă în patru labe sau eventual în picioare, aplecându-se cât mai mult înainte și sprijinindu-se pe cap ori pe mâini. Bărbatul stă atunci în picioare în spatele ei și îi îmbrățișează în mod tandru talia cu amândouă mâinile. Apoi el își introduce încet Bagheta de Jad în Poarta ei Pretioasă și, mișcându-se, o aduce pe iubita lui în pragul orgasmului de mai multe ori, dar nu își pierde deloc sământa.

Varianta la postura Maimutelor in cea de-a treia luna a primăverii. După o pictură chinezească pe mătase, din perioda KANG HSI. (1662-1722)

Varianta la Postura Maimutelor in cea de-a treia luna a primăverii. După o pictura mongolă de la mijlocul secolului al XVIII-lea.

POSTURA COPOILOR ÎN CEA DE A NOUA ZI DE TOAMNĂ

Atât bărbatul cât și femeia se așează în patru labe (stau ghemuiti) și se plasează unul cu spatele la celălalt. Privindu-se după aceea reciproc printre picioare, ei își apropie și își unesc fesele. Aplecându-și mult capul, bărbatul își introduce apoi încetișor Bagheta de Jad în Poarta ei de Jad și, astfel, cei doi se unesc amoros și simt o mare fericire, iar bărbatul va putea să se controleze cu usurință si nu își va pierde sământa.

Postura Copoilor în cea de a noua zi de toamna. După o stampă japoneză, circa 1680.

O postura amoroasa taoista care urmareste sa asigure o placere si o intimitate maxima. Dupa o stampa chinezeasca, dinastia MING.

Maestrul taoist Tung din Dinastia Sui (anii 590-618 d.Ch.) punea un mare accent pe necesitatea unei armonizări perfecte a mișcărilor amoroase în cadrul cuplului în cazul iubiților care stăpânesc foarte bine continența. El nota: „Dacă atunci când fac dragoste bărbatul se mișcă iar femeia este inertă și nu îi răspunde, sau dacă femeia se mișcă, iar bărbatul este pasiv și nu o urmează, nu numai că bărbatul va fi afectat, dar va avea de suferit și femeia". El continua mai departe, explicând că prin folosirea corectă a continenței amoroase și a pozițiilor sexuale adecvate „bărbatul resimte o mare fericire și totodată își sporește mult forța vitală, iar femeia pe lângă plăcerea imensă pe care o trăiește, simultan își elimină toate bolile. Jocul amoros-sexual în cazul iubiților continenți trebuie să fie tandru și plin de fantezie, cu pătrunderi ușoare și cu mișcări languroase, care numai arareori devin rapide și viguroase".

Cu mult timp în urmă, mireselor din Orient li se arătau în mod tradițional, înainte de nuntă, anumite cărți conținând ilustrații ale unor poziții amoroase. Mărturii ale unor asemenea ghiduri erotice ne-au rămas din toate culturile orientale. Un poem din timpul ultimei perioade a Dinastiei Han (circa 25-220 d.Ch.) face referințe directe la folosirea ghidurilor erotice ilustrate:

Petrecându-ți noaptea într-un mod cât mai plăcut,
Cu prețioasa ta iubită,
Te bucuri și te joci în tel și chip împreună cu ea;
Privind încîntat gravurile iubirii,
Le poți observa cu atenție și apoi trebuie să le pui în practică.

Într-o povestire erotică din Perioada Ming, „Drumul ascuns spre sfințenie trece prin poarta cărnii", eroul principal îi dezvăluie tinerei și pudicei sale soții bucuriile nesfârșite ale sexualității cu continența. Povestirea arată cum el i-a cumpărat iubitei sale o carte cu gravuri erotice, care erau însoțite de minunate texte poetice. Lasând-o să citească și să privească gravurile, el și-a inițiat astfel soția în Arta Iubirii nesfârșite. Eroul nostru descrie astfel cinci poziții ilustrate:

UN FLUTURE ZBURDĂLNIC ÎȘI CAUTĂ O FLOARE

În această gravură, femeia adorată se odihnește goală pe marginea unui bazin, cu coapsele desfăcute. Bărbatul „studiază încântat terenul cu atenție". El se

apropie și își introduce în mod delicat Trompa în profunzimile Florii ei deschise. Cum „bătălia iubirii" de-abia a început, cei doi iubiți au o expresie relativ normală pe față, iar ochii lor sunt încă deschiși.

REGINA ALBINELOR PREGĂTEȘTE MIEREA

Femeia adorată stă întinsă pe spate, având nenumărate perne pretutindeni atât în jur cât și dedesubtul corpului său gol, delicat și armonios. Picioarele sale sunt atunci ridicate și desfăcute, ca și cum ar atârna în aer. Mâinile sale preseaza ușor Fructul lui, conducându-l direct spre intrarea Florii ei. Fața ei pare înfometată și însetată, în timp ce el arată a fi foarte excitat.

PASĂREA CARE ÎȘI GĂSEȘTE DRUMUL SPRE CUIB

Femeia stă întinsă pe partea laterală, fiind cu un picior ridicat mai sus decât celălalt și sprijinit pe mai multe perne. Bărbatul este așezat peste ea, iar femeia îi înconjoară bazinul cu ambele mâini. Ea procedează ca și cum Servitorul lui Credincios ar fi ajuns, în sfârșit, în Peștera ei Sensibilă, iar ea s-ar teme că el o să plece și o să se rătăcească. Din acest motiv, pe fața ei se poate citi o ușoară umbră de neliniște, deși altminteri ea este luminată de un intens extaz. Cei doi fac dragoste cu pasiune.

GALOPUL CALULUI ÎNFOMETAT

Femeia goală stă întinsă pe spate și strânge în mod excitant corpul iubitului său cu ambele mâini. Picioarele ei se sprijină de umerii lui, iar el o penetrează drept, până-n adâncime. Ochii lor ușor întredeschiși le trădează extazul. Gurile și limbile lor se află într-o uniune strânsă.

DRAGONII OBOSIȚI DE LUPTĂ

Capul femeii goale și frumoase se odihnește pe una dintre numeroasele perne care o înconjoară. Brațele sale lăsate în jos arată întocmai ca niște fire de mătase. Bărbatul gol stă cu capul sprijinit pe umărul ei și arată foarte fericit și relaxat. Sufletul lor parfumat a zburat (cei doi se află acum în extaz), doar un fir subțire îi mai menține legați de această viață. Beatitudinea savurată până la culmea ei cea mai înaltă poate fi citită cu ușurință în ochii lor.

Aceste frumoase și poetice descrieri ale câtorva posturi amoroase demonstrează cu claritate că sexualitatea nesfârșită, realizată cu continență era privită în Orient ca fiind o adevărată artă. Cele mai multe dintre posturile amoroase care ne-au rămas din arta erotică chineză veche pot fi practicate destul de ușor. Multe dintre ele sunt identice cu posturile amoroase care sunt descrise în textele indiene și arabe, deși numele lor diferă. Dacă vor experimenta de mai multe ori, însă cu continență, aceste posturi amoroase străvechi, cuplurile moderne își vor îmbogăți incredibil de mult viața amoroasă realizată în comun, iar fericirea și încrederea reciprocă va spori aproape nelimitat.

SECRETELE FETEI SINCERE

O traditie chineza straveche mentioneaza cum o zeitate a unui râu, care avea forma unei scoici, s-a încarnat sub forma unei femei foarte frumoase. Această legendă nu este deloc întâmplatoare, căci asemănarea scoicii cu un YONI (organul sexual feminin) este bine cunoscuta si ea explică de ce scoica a devenit adeseori un simbol al fertilitatii in cultura orientala. Zeita din scoica a ramas cunoscută până astăzi sub numele de Fata Sincera, una dintre cele trei maestre faimoase care l-au initiat in arta erotica secreta pe Împaratul Galben.

Legenda mai sustine ca Fata Sincera a inventat o titera cu 50 de corzi, cu care obisnuia să îi cânte Împăratului Galben. Într-o zi, muzica ei l-a impresionat atât de tare pe Împărat, încât el a decretat că instrumentul respectiv este prea periculos pentru urechile umane. El a ordonat atunci ca titera să fie spartă în două, fiecare dintre cele două părti rămânând cu numai 25 de corzi. Semnificatia reală a acestei istorii cu tâlc trebuie să tină seama de importanta pe care o are numarul 50 în simbolistica tantrică. Acesta este considerat a fi numarul vibratiilor subtile primordiale ale sunetului, din care s-au născut apoi toate celelalte forme. Astfel, ghirlanda de la gâtul lui KALI numără, deloc întâmplator, 50 de capete, iar alfabetul sanscrit numără, la rândul său, 50 de litere. Alfabetul european care contine 26-27 de litere, de-abia depăseste cu putin jumătatea acestui numar.

Fata cea Sincera l-a învătat pe Împăratul Galben metodele secrete ale artei iubirii, care conferă o mare valoare continentei sexuale. Două dintre lucrările care i-au păstrat până astăzi numele sunt: „Metodele secrete ale Fetei Sincere" si „Retetele erotice ale Fetei Sincere". Ele contin un adevărat tezaur de informatii amoroase, care sunt cu atât mai importante în zilele noastre cu cât ele sunt atribuite unei femei.

Într-unul din respectivele texte, Fata cea Sincera declară: „Femeia este superioară barbatului în acelasi sens în care apa este superioară focului. Aceia care sunt experti în Arta Amorului cu continentă pot fi comparati cu niste bucatari excelenti, care stiu cum să amestece cât mai bine diferitele arome pentru a obtine o masă hrănitoare și savuroasă. Aceia care cunosc la perfectiune Arta lui YIN (-) si YANG (+) stiu să varieze si să amestece în mod armonios plăcerile simturilor; iar aceia care nu cunosc această arta si nu sunt initiati în tainele continentei, vor avea parte de o moarte neasteptată, fără să fi apucat vreodată să se bucure de plăcerile nesfârsite ale iubirii". Ea continuă apoi prin descrierea manifestărilor dorintelor si miscărilor cele mai pasionate ale femeii. Iată în continuare câteva extrase ample:

CELE CINCI MANIFESTĂRI AMOROASE

Fata cea Sincera sustine că există Cinci Manifestări Amoroase prin care un bărbat poate să-si dea seama că o femeie este suficient de excitată din punct de vedere sexual:

1) Mai întâi, fata ei se înroseste de emotie si incitare amoroasă; în acest stadiu, bărbatul ar trebui să se apropie de ea.

2) În al doilea rând, sfârcurile sânilor i se întăresc iar nasul i se umezeste usor; acesta este momentul cel mai adecvat pentru PRELUDIU pentru ca el să-si penetreze usor si cu tandrete iubita cu arma iubirii.

3) În al treilea rând, gâtul ei devine după aceea uscat si atunci ea începe să-si înghită saliva; aceasta indică faptul că acum bărbatul ar trebui să-si continue lent si foarte senzual miscările iubirii.

4) În al patrulea rând, Poarta ei de Jad (YONI-ul) se umezeste foarte mult si devine alunecoasă; în acest moment, bărbatul ar trebui să o penetreze cât mai adânc.

5) În cele din urmă, secretii amoroase abundente, care este minunat să fie savurate de iubitul ei în timp ce o excită intens oral, încep să se reverse din Inima ei Launtrică, semn că bărbatul, care este un excelent continent, se poate misca cu toată libertatea în interiorul corpului ei, facând-o astfel să atingă de sute de ori culmile extazului (ORGASMUL) fără ca ea să se descarce.

CELE CINCI DORINȚE SENZUALE

Fata cea Sincera enumera Cinci Dorinte Senzuale prin care raspunsul amoros al femeii poate fi apreciat cu exactitate:

1. Dacă deja în mintea si în fiinta ei, ea doreste cu ardoare să facă dragoste, atunci respiratia ei devine profundă si poate fi auzită. Când excitatia este extremă ea geme de dorintă.

2. Dacă Poarta ei de Jad este foarte excitată si doreste să facă dragoste, atunci nările ei se vor lărgi usor și ritmic, iar gura i se va deschide spontan într-un mod foarte incitant.

3. Dacă deja esenta ei vitală se află în efervescenta si ea doreste să fie si mai mult atătată prin focul dătător de fericire al iubirii, ea va începe să-si miste într-un mod excitant si ritmic corpul, în sus si-n jos.

4. Dacă dorinta arzătoare a inimii ei este să fie cât mai complet satisfăcută, pentru a atinge astfel culmea fericirii, atunci Poarta ei de Jad va emite secretii amoroase foarte abundente, care îi pot uda chiar hainele.

5. Dacă ea este pe deplin pregătită să atingă orgasmul fără descărcare, atunci ea își va întinde într-un mod foarte languros corpul la fel ca un animal care se abandonează plăcerii si va închide ochii dându-i spontan peste cap, pentru a savura extazul amoros.

CELE ZECE FAZE TAINICE ALE IUBIRII

Fata cea Sincera a explicat „Cele zece faze tainice ale iubirii":

1) În primul rând, îmbrătișând - transfiguratoare și plină de dragoste - barbatul, femeia arată astfel că doreste ca el să o strângă în brate cu tandrete si pasiune.

2) În al doilea rând, desfacându-si într-un mod excitant, cât mai mult picioarele, ca îi arată astfel bărbatului că doreste ca el să-i excite si să-i sărute partea superioară a Portii de Jad (clitorisul).

3) În al treilea rând, mărindu-i-se tot mai mult plăcerea, ea arată că doreste ca el să realizeze penetrări profunde, dar scurte.

4) În al patrulea rând, începând să-si miste în mod excitant sezutul înainte si înapoi, ea arată că începe să simtă că va experimenta în curând o foarte mare plăcere.

5) În al cincilea rând, ridicându-şi în mod incitant picioarele, ea arată astfel că doreste să fie penetrata cât mai profund.

6) În al saselea rând, strângându-si în mod excitant coapsele în jurul trupului iubitului ei, ea arata astfel că Poarta sa de Jad este bine lubrefiata.

7) În al saptelea rând, miscându-si în mod senzual corpul şi mai ales fundul de la stânga la dreapta si de la dreapta la stânga, ea arată astfel că doreste să fie penetrată cât mai profund prin partile laterale ale YONI-ului.

8) În al optulea rând, ridicându-şi în mod incitant partea superioară a corpului si îmbrătisând tandru barbatul pentru a-l masa intim cu sânii, ea arată astfel că se afla foarte aproape de culmea placerii (ORGASMUL fără descărcare).

9) În al nouălea rând, relaxându-si pe deplin toate membrele si abandonându-se complet iubitului ei, ea arata astfel că a atins orgasmul (fără descărcare).

10) În al zecelea rând, emitând din abundenta fluidul amoros din Minunata Poarta, pe care iubitul ei îl va savura plin de încântare, ea arată astfel că trăieste la maximum, plăcerile extatice ale iubirii transfiguratoare".

O ilustratie care o reprezintă pe Fata cea Sincera initiind un nobil în Postura Saltului Tigrului Alb. După o stampa, circa 1680.

VIRTUȚILE TERAPEUTICE MULTIPLE ALE ACTULUI AMOROS REALIZAT CU CONTINENȚĂ

"Discursul Fetei cea Sincera" enumera cele „Opt beneficii principale" ale ritmurilor amoroase speciale în care cei doi iubiti practică la unison continenta. Aceste ritmuri care declanseaza procese binefacatoare de rezonanta cu energiile subtile din MACROCOSMOS sunt, în marea lor majoritate, combinatii de numere magice inspirate de numărul YANG(+). YANG(+) sau forta masculină, solara, este reprezentata totdeauna de numerele fara sot, iar YIN(-), sau forta feminina lunara este reprezentată totdeauna de cele cu sot.

Dragostea terapeutică, realizată numai cu continență, urmăreste în toate situatiile să controleze ritmurile si pozitiile abordate în timpul actului sexual si ea reprezintă un subiect extrem de important pentru medicina orientală. După observatiile milenare ale medicinii orientale, fluidul hrănitor (plasma), sângele, carnea, grăsimea, oasele, măduva si sământa (sperma în cazul barbatului sau ovulul în cazul femeii) sunt inelele sau verigile esentiale ale unui lant tainic care se desfăsoara în conformitate cu ordinea şi ritmul naturii. „SUSHRUTA SAMHITA", un text medical AYURVEDA-ic celebru, afirmă: „Esenta ascunsa a vietii produce sânge; din sânge este făcută apoi carnea, din carne este făcuta grăsimea, din care mai apoi apar oasele. Din oase apare măduva, care după aceea dă nastere semântei (spermei) sau ovulului". Acest lant generativ al celor sapte elemente corporale reprezintă un armonios proces natural care poate fi cu usurintă tulburat de surescitări malefice sau de obisnuinte nesanatoase (perverse).

Dragostea terapeutica realizata numai cu continență, se inspira din faptul că anumite posturi amoroase secrete declanseaza în fiinta celor care se iubesc anumite procese de rezonanta cu energii subtile din MACROCOSMOS si canalizează energia rezultanta, prin sublimare, în diferite feluri, ajutând astfel corpul, psihicul si mintea să se focalizeze si să corecteze gradat dezechilibrele aparute între timp. Amorul realizat de ambii iubiti, la unison, cu continență, este întotdeauna însotit de evidente modificari respiratorii, de armonizarea ritmului cardiac, de modificări profund binefăcătoare ale circulatiei, secretiilor glandulare si de extraordinare echilibrări ale undelor cerebrale. Corpul, după cum se stie, are capacitatea de a crea el singur remedii si antidoturi pentru orice boală sau suferinta cu care se confrunta; în timpul actului amoros realizat cu continență nu este nevoie decât de a impulsiona - printr-o focalizare ferma si adecvată - procesul curativ sau metabolic corect. Tehnicile posturale si respiratorii traditionale din HATHA-YOGA s-au dovedit de mii de ani a fi foarte eficiente în a ajuta corpul să se vindece chiar si în cazul celor mai grave boli existente. Practica atentă, constanta şi inteligentă a tehnicilor amoroase orientale realizate cu continență poate face ca aceste rezultate să fie rapide si eficiente dacă ambele principii tainice, atât cel masculin (YANG(+)) cât si cel feminin (YIN(-)), lucreaza mai mereu în deplina armonie si se complementeaza reciproc.

Doar practica sistemului HATHA YOGA poate fi pentru unii o disciplina plicticoasa si greu de perfectionat, pe cand combinarea acestui sistem cu tehnicile sexuale taoiste si tantrice, în care se urmareste realizarea oricarei fuziuni amoroase numai cu continenta, genereaza în mod natural o mare vitalitate, echilibru, o uriasa energie si face sa apara o stare profunda de armonie, care se reflecta la nivelul întregului corp.

Atât dragostea terapeutica taoista, cât si cea tantrica, pun totdeauna accentul pe continenta, pe ritm si pe abordarea profund transfiguratoare a diferitelor posturi amoroase specifice. De acestea pot beneficia in scurt timp toate partile corpului femeii si barbatului, acest gen de fuziune amoroasa - care nu face sa apara vlaguirea - având, de asemenea, un efect tonic si chiar declansând iluminarea spirituala. Desi este fundamental destul de simpla, aceasta disciplina amoroasa îi cere mai ales barbatului sa-si perfectioneze puterea de retentie a spermei pentru a-si transmuta si sublima integral in energie înalta potentialul sau sexual. Rolul femeii în dragostea terapeutica, realizata cu continenta, este acela al unei initiatoare, armonios structurata corporal si plina de vitalitate, care invoca prin puterea ei de transfigurare fortele vitalizante ale naturii. Astfel, energiile sale mentale, emotionale, vitale si secretiile ei amoroase încarcate de fluide subtile se dovedesc a fi esentiale pentru armonizarea corpului, psihicului si mintii iubitului ei. În timp ce barbatul se concentreaza constant si intens asupra retentiei spermei si a canalizarii corecte a energiilor subtile rezultante, ajutând-o astfel si pe iubita sa sa-si transmute în energie potentialul sexual, rolul femeii este acela de a se abandona într-o „daruire completa", eliberând astfel prin declansarea proceselor benefice de REZONANTA energiile subtile vindecatoare care sunt captate prin intermediul mentalului ei; forta sa YIN (-) este atunci considerabil întarita si astfel, datorita comuniunii cu sursele nesfârsite de forta din MACROCOSMOS, puterile ei fortifiante si vitalizatoare sunt mult amplificate. Traditiile secrete sexuale ale Orientului afirma ca, daca o femeie manifesta cu adevarat

Dragostea terapeutica realizata numai cu continenta este o straveche stiinta taoista antica. Prin controlul atent si sistematic al ritmurilor si prin angrenarea posturilor amoroase, care fac sa se declanseze în microcosmosul fiintei celor doi iubiti procese benefice de rezonanta cu anumite energii subtile din MACROCOSMOS, elementele vitale ale corpului si ale psihicului se armonizeaza si se împlinesc reciproc, conducându-i pe cei doi la o stare înfloritoare de sanatate. După o gravura colorata japoneza de Isoda Koryusai, aproximativ 1772.

prin transmutarea integrala a potentialului ei sexual în energie, minunatele ei puteri de regenerare si reîntinerire, potentialul ei vindecator devine practic fara limite. Urmatoarele opt posturi amoroase sunt specifice, prin efectele lor terapeutice si ele implica angrenarea anumitor ritmuri. Beneficiile acestor posturi amoroase depind toate de abilitatea barbatului în a-si controla perfect ejacularea si de dorinta constant sustinuta a femeii de a face sa circule în mod armonios energiile ei subtile vindecatoare.

Postura amoroasa taoista care este special adaptata pentru fuziunea amoroasa cu continenta de lunga durata. După o gravura chineza din timpul dinastiei Ming.

CELE OPT BENEFICII CARE SUNT RESIMTITE PRIN ANGRENAREA POSTURILOR AMOROASE CARE DECLANȘEAZĂ EFECTE TERAPEUTICE

Postura terapeutica pentru focalizarea fluidelor tainice ale sâmântei vitale (spermei). După o pictura chineza pe matase din perioada K'ANG-HSI (1662-1722).

FOCALIZAREA TERAPEUTICA A FLUIDELOR TAINICE ALE SPERMEI

Pentru a obtine cu usurinta acest beneficiu, femeia trebuie sa se aseze pe o parte, cu coapsele desfacute larg. Barbatul se aseaza dupa aceea alaturi, între picioarele ei, introducând apoi cu multa atentie, încetisor, Arma Dragostei (LINGAM-ul) în vaginul iubitei lui. El trebuie la un moment dat sa înceteze sa mai faca dragoste cu ea, RĂMÂNÂND COMPLET NEMIȘCAT timp de 7 minute, după optsprezece penetrari lente si profunde (2 x 9 = 18). Aceasta metoda secreta ajuta la focalizarea energiilor sâmântei vitale ale barbatului si, în acelasi timp, vindeca orice sângerare sau rana existenta la nivelul vaginului femeii. Aceasta tehnica trebuie sa fie practicata de doua ori pe zi, DAR NUMAI CU CONTINENȚĂ, timp de cincisprezece zile.

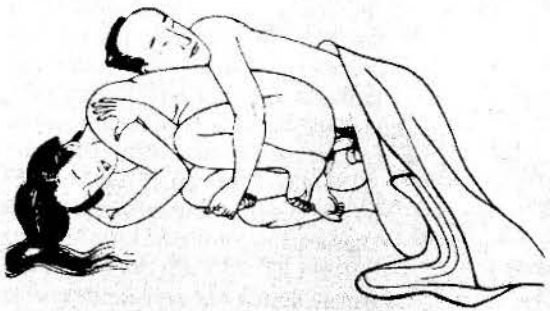
ODIHNA CEA PROFUNDA A MINȚII

Postura terapeutică pentru odihna profunda a minții. După o gravura japoneză realizată de OKUMURA MASANOBU, aproximativ 1708.

Pentru a obține cu ușurința acest minunat beneficiu, femeia se întinde pe spate, cu picioarele înainte și apoi își pune o perna sub sezut. Bărbatul îngenunchează atunci între coapsele ei desfăcute și își introduce atent, încetișor, Arma Dragostei în vaginul ei. Ei trebuie apoi să se oprească timp de 7 minute ȘI SĂ NU MAI FACĂ NICI O MIȘCARE, însă aceasta se va realiza numai după douăzeci și șapte de penetrări lente și profunde (3 x 9 = 27). Această metodă secretă odihnește profund mentalul bărbatului și, în același timp, vindecă orice „răceală", chiar rebelă, care există în regiunea sexuală a femeii. Acest procedeu secret trebuie să fie practicat de trei ori pe zi, timp de douăzeci de zile, dar numai cu continență.

BENEFICII MULTIPLE PENTRU ORGANELE INTERNE

Pentru a obține aceste beneficii, femeia se așează pe o parte și apoi își îndoaie sau eventual își ridică ambele picioare. Bărbatul își așează după aceea capul în unghi drept față de ea și apoi își introduce lent și foarte atent Arma Dragostei pe la spate. El trebuie după aceea să se oprească și SĂ RĂMÂNĂ COMPLET NEMIȘCAT timp de 7 minute, dar numai după treizeci și șase de penetrări lente și profunde (4 x 9 = 36). Prin realizarea corectă și constantă a acestei metode beneficiază în mod complex atât organele interne ale bărbatului cât și acelea ale femeii. Această tehnică secretă trebuie să fie practicată de patru ori pe zi, timp de douăzeci de zile, dar numai cu continență.



Postură amoroasă terapeutică care face să apară beneficii multiple la nivelul organelor interne. După o gravura japoneză colorată, realizată de UTAMARO, aproximativ 1800

ÎNTĂRIREA ȘI REGENERAREA OASELOR

Postură amoroasă terapeutică pentru întinerirea oaselor. După o pictură chinezească pe mătase din perioada K'ANG-HSI (1662-1722)

Pentru a obține acest beneficiu, femeia se așează pe o parte, cu genunchiul stâng ridicat și îndoit; ea trebuie să întindă atunci piciorul drept. Bărbatul se așează peste ea, sprijinindu-și astfel greutatea corpului pe brațe și pe picioare. Introducând atent și încetișor Arma Iubirii, el trebuie să realizeze exact patruzeci și cinci de penetrări lente și profunde (5 x 9 = 45), după care cei doi iubiți TREBUIE SĂ RĂMÂNĂ COMPLET NEMIȘCAȚI timp de 7 minute. Realizarea constantă a acestei metode armonizează și vindecă bolile oaselor, durerile care apar la încheieturile bărbatului și, în același timp, ea vindecă orice congestie care există în corpul femeii. Această tehnică secretă trebuie să fie practicată de cinci ori pe zi, timp de zece zile, dar numai cu continență.

Postura chinezească pentru armonizarea pe cale naturală a circulației sanguine. După o gravura chinezească din secolul al XVIII.

ARMONIZAREA PE CALE NATURALĂ A CIRCULAȚIEI SANGUINE

Pentru a obține acest beneficiu, femeia se întinde pe o parte, îndoind apoi piciorul drept și întinzându-l pe cel stâng. Bărbatul se așează după aceea deasupra ei, sprijinindu-se pe mâini, și apoi el își introduce încet și atent Arma Iubirii în vaginul ei. El trebuie după aceea să realizeze exact cincizeci și patru de penetrări lente și profunde (6 x 9 = 54), după care AMÂNDOI VOR RĂMÂNE COMPLET NEMIȘCAȚI timp de 7 minute. Realizarea corectă și constantă a acestei metode favorizează circulația sângelui, energizează și armonizează canalele subtile (NADI-urile) din corp. În același timp, ea este foarte eficientă în vindecarea oricăror dureri care există în regiunea sexuală a femeii. Această tehnică secretă trebuie să fie practicată de șase ori pe zi, timp de douăzeci de zile, dar numai cu continență.

FOCALIZAREA ȘI AMPLIFICAREA ACTIVITĂȚII SANGUINE ÎN ANUMITE ZONE ALE CORPULUI

Pentru a obține acest beneficiu, bărbatul se întinde atunci pe spate, iar femeia îngenunchează deasupra lui. Când fesele ei sunt suficient de ridicate, el introduce lent și cu atenție Tija de Jad cât mai profund în vagin. Femeia începe apoi să

se miste lent si atent în sus si în jos, până când va realiza astfel exact saizeci si trei de penetrari lente si profunde (7 x 9 = 63), după care cei doi iubiti VOR RAMÂNE COMPLET NEMIȘCAȚI timp de 7 minute. O metoda alternativă pentru ea este să se așeze pe vine deasupra iubitului. Realizată atent și constant, aceasta metoda mărește mult puterea vitală a bărbatului și totodată îi alimentează mai bine cu sânge anumite zone ale corpului către care el își focalizează atunci ferm atentia. Ea este de asemenea foarte eficientă în vindecarea pe cale naturală a oricăror iregularități ale menstruatiei femeii. Această tehnica secreta trebuie să fie practicată de sapte ori pe zi, timp de zece zile succesiv, dar numai cu continenta.

Postură amoroasă terapeutică pentru focalizarea și amplificarea activității sângelui în anumite zone ale corpului. După o pictură chinezească pe mătase, aproximativ începutul secolului al XIX-lea.

Variantă a posturii amoroase terapeutice pentru focalizarea și amplificarea activității sângelui în anumite zone ale corpului. După o pictură chinezească din sec. al XIX-lea.

ECHILIBRAREA PE CALE NATURALĂ A ELEMENTELOR SUBTILE

Pentru a obtine acest beneficiu, femeia se sprijină atunci pe frunte, fiind cu fata în jos si cu fesele ridicate; ea se poate folosi atunci cu succes de o perna ca punct de sprijin în acest scop. Bărbatul se așează apoi peste ea și își introduce atent și încetișor Arma dragostei pe la spate, realizând după aceea exact saptezeci si două de penetrări lente și profunde (8 x 9 = 72), după care cei doi RĂMÂN COMPLET NEMIȘCAȚI timp de 7 minute. Realizarea consecventă a acestei metode echilibrează elementele subtile în corpurile lor și face să crească eficienta producerii de măduvă osoasă. Aceasta tehnică secretă trebuie să fie practicată de opt ori pe zi, până ce apar efectele mentionate, dar numai cu continentă. După ce au apărut efectele scontate ea va mai fi practicată timp de 21 de zile până la deplina vindecare.

Postură amoroasă terapeutică pentru echilibrarea pe cale naturală a elementelor subtile în corp. Reproducere după un mic vas de portelan alb din perioada KIANG-HSI (1662-1722).

ARMONIZAREA PE CALE NATURALĂ A ÎNTREGULUI SISTEM FIZIC

Pentru a obtine acest beneficiu, femeia se întinde pe spate, cu ambele picioare plasate sub ea, astfel încât atunci fesele să fie așezate chiar pe labele picioarelor. Bărbatul se apleacă după aceea către ea, având picioarele depărtate și apoi se urcă peste ea, introducându-și atent și lent Arma iubirii în vaginul ei. În această postură amoroasă el trebuie să realizeze exact optzeci și una de penetrări lente și profunde (9 x 9 = 81), după care cei doi iubiți VOR RĂMÂNE COMPLET NEMIȘCAȚI timp de 7 minute. Dacă este realizată lent și în mod consecvent această metodă întărește oasele bărbatului și îi vitalizează întreaga ființă. Mai mult decât atât, ea vindecă definitiv, pe cale naturală, problemele sexuale ale femeii. Această metodă trebuie să fie practicată de nouă ori pe zi, timp de nouă zile succesiv, dar numai cu continență.

Postură terapeutică amoroasă pentru armonizarea pe cale naturală a întregului sistem fizic. După o gravură japoneză realizată de Suginura Jihei, aproximtiv 1690.

* * *

Dragostea terapeutică în cuplu trebuie să fie totdeauna practicată fără nici o emisie seminală din partea bărbatului și fără nici un orgasm cu descărcare din partea femeii. Tehnici secrete similare există chiar și în tradiția tantrică indiană, deși rareori ele sunt prezentate atât de clar și simplu. SUSHRUTA SAMHITA, o faimoasă lucrare AYURVEDA-ică hindusă antică, afirmă: „A face sistematic dragoste fără să-ți pierzi niciodată sperma cu o femeie foarte vitală, frumoasă, iubitoare și generoasă, practicând totdeauna cu foarte mare atenție și actionând cu multă știință, este cel mai bun medicament natural care poate fi considerat un PANACEU care vindecă aproape toate bolile."

Faptul de a număra penetrațiile amoroase are atunci un efect direct asupra respirației și a concentrării mentale, aceasta stimulând totodată vitalitatea „focului" interior. Cu toate acestea, este important să nu numeri penetrațiile cu voce tare și, pe cât posibil, să nu le impui într-un mod preponderent mental. Ar trebui, mai degrabă, ca ele să fie măsurate prin raportarea la un ritm muzical adecvat de acompaniament sau eventual prin utilizarea unui colier cu mărgele ori prin orice alt mijloc mnemotehnic care este descris în imaginile tantrice. Într-un mod și mai simplu, noi putem să ne folosim de degete fără a avea într-adevăr nevoie să recurgem la numărat.

Aceste utilizări predominant terapeutice ale actului amoros, realizat însă cu continență, nu implică mari dificultăți și totodată ele sunt niște modalități naturale, plăcute și directe de a ajunge la echilibrarea rapidă a corpului, a psihicului și a minții. Chiar și astăzi, în sec. al XX-lea, un cuplu perfect continent se poate încă servi de aceste tehnici de vindecare străvechi, într-o manieră euforică și avantajoasă.

Când te misti fara a aparea deloc emisia samântei, forta vitala si vigoarea se amplifica extraordinar de mult. Corpul absoarbe atunci toata aceasta energie uriasa si astfel toate simturile sunt în mod armonios stimulate. P'ENG TSU

Bărbatul trebuie să învețe cât mai repede să-și controleze ejacularea, indiferent de durata contactului amoros. A te lasa sedus de frumusetea feminină si a-ti pierde mai mereu sământa, fără rost, este totdeauna nefast pentru fiecare vena, nerv sau organ al corpului, fiindca atunci aceasta oferă cu usurintă bolilor o bază pentru a se dezvolta. Practicând corect si întotdeauna cu continenta actul amoros te poti vindeca si, în acelasi timp, poti atinge culmea fericirii nesfârsite si eliberarea.
YANG-SHENG-YAO-CHI

EJACULAREA

Fata cea Sincera l-a învatat pe Împaratul Galben că un bărbat trebuie să ajungă să-și controleze din ce în ce mai bine frecventa ejaculărilor sale pentru a ajunge să le suspende complet, mărindu-și astfel vitalitatea si eliminându-si slăbiciunile sale. Cel mai important aspect este că la început el nu trebuie niciodata să se forteze să ejaculeze. Ea chiar afirmă în mod categoric că de fiecare dată când un bărbat se forteaza să ejaculeze întregul său corp sufera după aceea mult. Textele indiene și tratatele secrete tantrice împartasesc la rândul lor această convingere.

Iată ce afirmă Fata cea Sincera:

"Orice bărbat care vrea să fie puternic, armonios și foarte viril trebuie să învețe cât mai repede să-și controleze în totalitate emisia sămânței pentru a-și păstra astfel rezervele sale de esență vitală. Pentru aceasta el nu trebuie niciodată sa se forteze să ejaculeze. Dacă totusi o face, atunci întregul său

Tratatele erotice taoiste precizează că bărbatul care vrea să fie cât mai vital si viril trebuie să se abțină sistematic să mai ejaculeze. În această ilustrație, tânăra femeie joacă rolul unei initiatoare amoroase care urmăreste să amplifice si sa mentină nealterata vitalitatea iubitului ei. Reprezentare după o pictură chinezească din secolul XVII.

corp suferă. În tinerete, un barbat puternic si bine cladit, care vrea să devina foarte viril, nu trebuie să ejaculeze nici măcar o singură dată pe zi."

Maestrul taoist Peng descrie simptomele ejaculării fortate, si el mentioneaza că atunci apar „bâzâituri penibile în urechi, oboseala ochilor și a tuturor membrelor și gât uscat". El sugerează să se urmărească retinerea completa de la ejaculare, precizând ca aceasta amelioreaza vitalitatea, virilitatea, forta mentală, claritatea auzului, magnetismul personal si acuratetea vederii. El adauga: „Reprimându-și complet pasiunile în vederea sublimării armonioase a acestora, în timp ce face dragoste, barbatul va vedea cu încântare cum îi creste dragostea pentru iubita sa. Atunci pentru el va fi ca și cum nu și-ar putea niciodată epuiza dorinta pentru ea". Un alt text secret adoptă poziția extremă, conform căreia bărbatul „poate face dragoste toată ziua fără să ejaculeze deloc și astfel el va ajunge să-și vindece în scurt timp orice boală, prelungindu-si totodată foarte mult zilele vietii sale".

Bărbatul poate alege astfel să nu mai ejaculeze deloc și atunci femeia va trebui să poată întui necesitatile noi ale iubitului ei, la fel de mult ca pe acelea ale sale. Daca ea vrea cu adevărat să fie fericita atunci nu va trebui să-i pretinda niciodata sa ejaculeze de fiecare dată când ei fac dragoste, ci mai degraba ea va trebui sa se adapteze la noile modalitati minunate de a face dragoste. Învataturile taoiste și tantrice subliniază în ce fel conceptia occidentala despre sexualitate este mai mereu un fel de goana după orgasmul cu ejaculare, care totdeauna este fizic limitat si psihic daunator. Din contră, în Orient, amorul fizic este privit ca o ocazie privilegiată pentru iubiți de a atinge de fiecare dată noi culmi nesfârsite de extaz, fără ca vreunul dintre ei să-și piardă potentialul sexual care este considerat ca fiind foarte pretios.

Spre sfârșitul sec. al XIX-lea Alice Stockham propunea o tehnică amoroasă care se inspira din TANTRA YOGA, pe care o denumea Karezza:

"Modalitatea comună de coabitare sexuală, cu spasmele sale, cu tensiunile sale, cu absenta aproape completa a pregătirii în care mai mereu femeia are un rol pasiv este la fel de nesatisfăcatoare atât pentru bărbat cât și pentru femeie. Ea este de asemeni daunatoare pentru sănătatea fizică și mentală. Ea nu oferă nici o posibilitate de a manifesta afectiunea și, cel mai adesea, în final, nu conduce decât la înstrăinare și separare. Karezza conferă un adevărat sens superior căsătoriei; utilizând sistematic vointa și făcând cât mai des apel la gânduri pline de iubire, atunci nu mai apare o stare de criză, ci rezultă mai degrabă un control constient, generator de fericire, al bărbatului și al femeii, în timpul întregii relații amoroase și îi ceasta atrage astfel o conservare constientă în vederea sublimării Energiei Creatoare".

Cartea sa, *„Karezza: etica căsătoriei"*, este un fel de aprobare entuziasta a tehnicilor secrete amoroase taoiste și tantrice. Ca și Initiatoarele taoiste, ea afirmă:

"Chiar dacă femeia nu are de păstrat sămânța precum bărbatul, ea are totusi posibilitatea excitanta a pasiunii perfect controlate care, daca este bine orientata,

poate vindeca în mod rapid nervii, revitaliza sângele si reface tesuturile. Prin aceasta uniune infinit mai profundă și mai intensa, care este chiar esenta Karezza-ei, atât femeia, cât si barbatul, pot învăta să se vindece, îmbinând utilul cu plăcutul, de orice tip de afectiune maligna. Karezza are o imensă valoare terapeutică care aproape că nu egalează nici un remediu farmaceutic și nici un sistem de tratament care există."

Tehnicile pe care le preda Alice Stockham nu erau aproape deloc diferite de practicile Orientale care implică retentia completă a samântei (pe care si noi le vom prezenta în capitolele ce urmează).

Cuplul poate cu siguranță să beneficieze de posibilitatea învătării controlului orgasmului separându-l astfel de ejaculare. Dar, pentru a beneficia din plin, este absolut esential ca bărbatul să se retină mereu de la ejaculare, în vederea transmutării acestui potential în energie. O relatie sexuală echilibrata implică „să dai și să primești la nesfârșit". Păstrând mai mereu acest principiu în spirit, cuplul continent trebuie să se străduiască să împartă și să facă schimb de energii benefice si de esentă vitală. Beneficiile multiple ale retentiei sământei capătă atunci o semnificatie transcendentală.

Atunci când un barbat nu reuseste să gasească deloc ritmul potrivit când face dragoste, el isi pierde cu usurintă esenta vitală. Ejacularea fortată este rezultatul acestei nepotriviri și ea determină mai apoi vlaguirea. Și dacă aceasta se repeta frecvent, într-o anumită perioadă de timp, cele 100 de Boli se dezvolta în întregul său corp.

YU-FANG-PI-CHUH

Sământa Originară Tainică si aceea (SPERMA) care este emisa (EJACULATA) în timpul actului amoros sunt de aceeași natură. Înaintea actului sexual, sământa este repartizată în întregul corp; ea nu are deci o localizare precisa, ci ea se amestecă într-o formă condensată cu Sământa Originară. Atunci când bărbatul și femeia fac dragoste, sământa vine din întreg corpul. Un loc precis (glanda pituitara) al creierului face apoi să coboare sămânța de-a lungul tubului tainic din coloana vertebrală. Celelalte părti ale sământei sunt extrase din diferite organe cum sunt rinichii si vezica urinară.

TS'UNG-SHU-CHI-CH'ENG

Niciodată nu trebuie să fie pierdut «camforul» cu usurintă. Din această substantă extrem de pretioasa yoghinii isi trag originea si puterea. Natura sa esentială este Suprema Bucurie. Ea este indestructibilă și, la fel ca si cerul, dispare repede.

HEVAJRA TANTRA

RESPIRAȚIA, GÂNDUL ȘI SĂMÂNȚA VITALĂ (SPERMA)

Una dintre cele mai importante contributii orientale la misterele sexuale este întelegerea profundă a interconexiunilor intime si permanente care există între cele trei procese aparent separate: respiratia, gândirea si miscarea (efervescenta) sământei vitale (spermei). În această directie mai ales, învătăturile tantrice si taoiste pun la dispozitie informatii precise si practice, deosebit de valoroase.

Conform învătăturilor secrete tantrice, încetinirea constanta a respiratiei, diminuarea agitatiei gândirii si scăderea efervescentei sământei în timpul fuziunii amoroase realizate cu continentă este unul dintre cele mai importante secrete sexuale. Obtinând gradat controlul asupra acestora trei, devine în final posibilă accederea la iubirea divină transcendentă. Multe dintre practicile YOGA milenare foarte avansate se bazează aproape exclusiv pe aceste trei aspecte mentionate.

În timpul amorului obisnuit (fără continenta), elementele senzitive (simturile și organele lor) sunt stimulate în mod haotic de forta emotiei si a trairilor experimentate. Respiratia devine atunci rapidă si imaginatia este exacerbata în detrimentul vointei. Când încep miscările amoroase, care nu presupun realizarea continentei sexuale, metabolismul celor doi iubiti se modifică: bătăile inimii si circulatia se schimbă, devenind neregulate, iar glandele endocrine încep să secrete, adeseori în exces, hormoni sexuali. Legăturile firesti dintre respiratia agitată, excitatia crescută a mintii si subitul sau altfel spus explozivul orgasm sexual realizat cu ejaculare la bărbat si cu descărcare la femeie ne oferă cheia întelegerii modalitătii de a controla si de a separa aceste functii diferite în cazul realizării fuziunii amoroase cu continenta. Tocmai în această realizare, aparent miraculoasă, consta unul dintre secretele fundamentale ale sexualitătii tantrice în care potentialul sexual este controlat si transmutat gradat în energii superioare.

Amorul transfigurator tantric implică controlul neîntrerupt si constient al respiratiei, al mintii si al ejaculării pe întreaga durată a comuniunii amoroase fizice. Controlul respiratiei este, de fapt, foarte simplu de realizat, deoarece el depinde în principal de concentrarea noastră constientă asupra ritmului si profunzimii respiratiei. Directionându-ne neîncetat si ferm atentia asupra ritmului respirator sau contemplându-ne în mod detasat respiratia, realizăm astfel un control constient asupra unui proces parasimpatic si inconstient. Amorul tantric transfigurator cu continentă se realizează cel mai bine atunci când respiratia noastră este profundă, ritmică si efectuată preponderent pe nas. Odată ce respiratia noastră este cu adevărat pusă sub controlul mintii, uniunea intimă amoroasă si circulatia energiei subtile în microcosmosul fiintei noastre pot continua aproape indefinit.

Meditatia yoghină profundă stabilizează extraordinar de mult gândirea. Focalizarea aproape neîntreruptă, REALIZATĂ LA VOINȚĂ, a mintii asupra unui

singur obiect, care, in general vorbind, este scopul tuturor yoghinilor, este in mod paradoxal simplu si totodata dificil de obtinut. MANTRA-ele corect utilizate si YANTRA-ele tantrice pot ajuta enorm la stabilizarea si focalizarea mintii. O minte ferm concentrata duce gradat la absorbtia totala, la fuziunea Sinelui Suprem (ATMAN) in Transcendental.

In timpul amorului transfigurator tantric, realizat cu continenta, meditatia profunda joaca un rol important in realizarea stabilitatii si focalizarii mentale. In timpul actului sexual obisnuit, „gandul iminentei orgasmului", care este totdeauna insotit de EJACULARE este cel care atrage aproape irezistibil si face sa se manifeste impulsul animalic, necontrolat in om. Tehnicile sexuale tantrice, care vizeaza transmutarea potentialului sexual in energie, subliniază adeseori importanta controlării si transformării mentale pentru a preveni acest proces (EJACULAREA) prin a cărui evitare sistematica noi ajungem incetul cu incetul la realizarea extazului suprem. Dupa cum afirma o axioma tantrica populara, „cel initiat in stiinta continentei se ridică prin intermediul aceluiasi potential prin care cel ignorant se prabuseste".

Stabilitatea sau cu alte cuvinte diminuarea la maximum a efervescentei sământei vitale (a spermei) este totdeauna direct legată de stabilitatea respiratiei si a mintii. Sământa vitala (sperma) mai poate fi facuta sa rămână nemiscată (MINIM EFERVESCENTA) si printr-o dieta corecta, care implică un stil de viată sănătos si realizarea amorului terapeutic. Daca un barbat isi poate controla, aproape tot timpul, in mod constient, atunci când face dragoste, respiratia si mintea sau, cel mai bine, pe amândouă, el nu se va mai confrunta niciodată cu ejacularea involuntara, sau cu pierderea fara sens a esentei sale vitale, ci permanent el isi va folosi intregul său potential sexual de care dispune pentru a realiza transmutarea si sublimarea acestuia in energii din ce in ce mai rafinate pe care apoi le va ridica in sferele superioare ale fiintei.

Respiratia, gandul si sământa sunt cei trei constituienti de baza ai potentialului nostru iluminator divin. Ei trebuie tocmai de aceea sa fie armonizati si controlati in mod constient. Yoghinul care uneste cu adevarat si isi armonizeaza respiratia, gandul si sământa devine astfel Cel Indestructibil, care este inzestrat mereu cu o spontaneitate transcendentală.

KALACHAKRA TANTRA

Atât timp cât respiratia este haotica si se afla in miscare, sământa (sperma) este efervescentă si se misca si ea. Când respiratia este gradat încetinită si la un moment dat îi încetează orice miscare, atunci sământa (sperma) se odihneste si ea, la fel precum respiratia.

GORAKSHA SAMHITA

RETENȚIA COMPLETĂ ÎN VEDEREA TRANSMUTĂRII ÎN ENERGIE A POTENȚIALULUI SEXUAL

Retentia spermei in vederea transmutării ei biologice in energie care apoi este sublimată in diferitele etaje ale fiintei si controlul constient al ejaculării sunt dezbătute pe larg in tratatele sexuale secrete orientale. În acest scop, sunt atunci utilizate tehnici variate, unele fiind complementare. Toate se bazează pe cunoasterea relatiei strânse dintre respiratie, minte si sământă. Vom descrie acum, in continuare, câteva metode simple si usor de practicat.

O lucrare taoistă din timpul Dinastiei Tang (aproximativ 618-907) afirmă in această directie cu precizie:

"Când un bărbat care face dragoste, tocmai simte ca este pe cale să ejaculeze, el trebuie să închidă imediat gura si să deschidă cât mai larg ochii. În special atunci el trebuie să urmărească să-si oprească fulgerător respiratia si să o retină astfel nemiscată CÂT MAI MULT TIMP POSIBIL, însă fără să se forteze. Miscându-si după aceea mâinile in sus si in jos si respirând in final, in mod preponderent, doar cu partea inferioară a abdomenului, el va obtine astfel controlul deplin asupra respiratiei si, implicit, isi va stăpâni astfel perfect sământa (SPERMA). Şira spinării trebuie sa fie atunci tinuta dreapta. Dacă este stringent necesar, suplimentar el trebuie să preseze ferm si cu putere punctul focar PING-I (care se găseste la aproximativ 2,5 cm deasupra sfârcului drept) atât cu <u>indexul cât si cu degetul arătător al mâinii stângi</u>, apoi el trebuie să expire, cât mai lent si profund in acelasi timp scrâsnind USOR din dinti. Aceasta va cauza in mod sigur retinerea completa a spermei, care datorită transmutării biologice in energie va putea ascensiona libera aducând mari beneficii creierului si mintii. Dacă însă sământa este emisa voluntar, atunci când în prealabil ne-am hotărât să practicăm continenta sexuală, aceasta va cauza mari prejudicii spirituale, care vor avea ca efect printre altele regresul si stagnarea."

De notat ca in aceasta scurta expunere sunt implicate atât tehnicile fiziologice cât si cele psihologice. Orice miscare constienta, cum este, spre exemplu, miscarea mâinii care este descrisa mai sus, facilitează controlul si circulatia energiei si ajută totodată la focalizarea mintii. Presarea punctului FOCAR de deasupra sfârcului drept al bărbatului creează atunci un fel de „scurt circuit", care ajută la retentia spermei. Degetul arătător si degetul mijlociu al mâinii stângi sunt, după cum se stie, in strânsă legătură cu intestinul gros (regiunea centrului ombilical) si respectiv cu energia sexuală care circulă prin meridianele circulatorii. Scrâsnirea usoară a dintilor produce salivatie abundentă, care atunci linisteste si hrăneste intregul sistem. Retentia si controlul perfect al respiratiei ajută foarte mult la obtinerea controlului ejaculării in vederea transmutării potentialului sexual in energie.

Un alt text, cunoscut ca fiind "Cartea zeilor", declară:

"Modalitatea de a face sământa (SPERMA) să se transforme in energie pentru a ascensiona după aceea in sus, pentru a hrăni creierul si mintea se

realizeaza după cum urmeaza: când bărbatul simte ca este pe cale să ejaculeze, el trebuie să apese în mod ferm punctul focar care se află între scrot si anus cu arătătorul si cu degetul mijlociu al mâinii stângi, în acelasi timp, inspirând lent si adânc si scrâsnind UŞOR din dinti, fără a-si tine respiratia; aceasta va duce atunci la activarea moderată a samântei (SPERMEI), care datorită acestei manevre nu va fi ejaculată. În schimb, procedând astfel, samânta se va întoarce în sus, din Trunchiul de Jad si va ascensiona, stimulând considerabil creierul si mintea. Această metodă secretă a fost revelată pentru prima dată de Lu Nemuritorul, si cu această ocazie el si-a pus discipolii să jure că nu vor divulga niciodată acest secret extraordinar, celor neinitiati."

Postura amoroasă taoista care ajuta la sublimarea samântei în timpul retentiei respiratiei realizata de către bărbat. După o gravura dintr-o nuvela erotica numita SUWO PIEN ("Femeia lunii"), cca. 1610

Încă o dată se observă si aici că avem de-a face cu o tehnică de retentie care se foloseste cu abilitate de cunoasterea meridianelor din acupunctura în scopul de a scurtcircuita la momentul oportun, fluxul subtil energetic. Locul său, cu alte cuvinte, punctul dintre scrot si anus este printre altele localizarea canalului prin care sământa (SPERMA) trebuie să treacă înapoi în regiunea prostatică. Această practică secretă este comună învătăturii tantrice si taoiste; multe tehnici sexuale YOGA prin care se vizează controlul perfect al potentialului sexual îl sfătuiesc pe adept „să apese ferm cu mâna în locul dintre scrot si anus".

Un maestru al dinastiei Han, Wu Hsien, oferă si el, în această direcție, o prezentare concisă a unei tehnici prin care se urmăreste controlul ejaculării. În primul rând, el îl sfătuieste pe bărbat să nu se excite prea tare atunci când face dragoste, ca să nu-si piardă controlul. El sugerează pentru aceasta bărbatului să învete mai întâi să aibă un ritm respirator regulat, urmărind totodată, atunci să realizeze o penetrare sexuală adâncă care va fi urmată de trei penetrări superficiale. El este sfătuit să realizeze astfel optzeci si unu de asemenea cicluri. Apoi, el este sfătuit ca după aceea să realizeze același număr de cicluri, dar cu o penetrare adâncă care va fi imediat urmată de cinci penetratii superficiale. În cele din urmă, el trebuie să realizeze o penetrare profundă si nouă penetrări

superficiale. Maestrul mai adaugă în final faptul că, dacă la un moment dat bărbatul simte că este pe cale să ejaculeze, el trebuie să oprească IMEDIAT TOATE mișcările si să scoată, într-o anumită măsură, Trunchiul de Jad astfel încât doar vârful acestuia să rămână în Poarta de Jad a iubitei lui. După ce s-a calmat si afluxul de energie s-a mai diminuat, el poate să-si reia din nou, DAR FIIND FOARTE ATENT, penetrările adânci si lente. El subliniază totodată faptul că, în cazul celui care urmăreste să devină cu adevărat un MAESTRU ÎN CONTINENȚĂ, principala sa preocupare trebuie să fie aceea ca femeia să atingă orgasmul fără descărcare în mod frecvent si, astfel, să se bucure cât mai profund prin empatie de toată fericirea ei.

Maestrul Wu Hsien sfătuieste la rândul său bărbatul să închidă ochii ca să se interiorizeze la nivelul centrului de forță AJNA CHAKRA, situat între sprâncene, si să respire profund, dar usor, pe nas, dacă vrea să-si controleze ejacularea si să-si focalizeze ferm mintea în același loc (AJNA CHAKRA). El subliniază de asemenea că bărbatul nu trebuie să gâfâie niciodată atunci când face dragoste, pentru că procedând altfel el isi va pierde controlul si va ejacula. Ultimul său sfat este că bărbatul să practice arta retentiei constiente a potentialului sexual, realizând FĂRĂ SĂ EJACULEZE NICIODATĂ, cel puțin cinci mii de penetrări, pentru că abia atunci întreaga sa ființă va deveni armonioasă si plină de putere.

Învățăturile maestrului taoist Tung adaugă la toate acestea anumite informații suplimentare:

"Bărbatul care aspiră să atingă starea androginală trebuie să se asigure întotdeauna că femeia pe care el o iubeste si cu care face dragoste atinge culmea placerii. Când el simte că tocmai este pe cale să ejaculeze, el trebuie atunci să realizeze cu arma sa amoroasă penetrări scurte si repetate, jucându-se cât mai mult timp între Strunele Lirei ei si în Peștera în Formă de Sămânță (este vorba de buzele vulvei si YONI-ul interior); aceste mișcări ale sale trebuie să fie asemănătoare acelora ale unui copil care trage jucăus cu gura de sfârcurile sânilor mamei sale. Bărbatul trebuie să-si închidă atunci ochii si să-si concentreze ferm mentalul la nivelul centrului dintre sprâncene (AJNA CHAKRA). Apăsând cu putere limba de cerul gurii, el trebuie totodată să-si îndoaie usor spatele si să-si întindă cât mai mult gâtul. Deschizând larg narile si trăgând umerii cât mai mult spre în spate, el trebuie apoi să închidă gura si să respire foarte lent si profund numai pe nas. Toate acestea îi vor opri atunci ejacularea si va face ca sperma lui să fie transmutată în energie care va fi sublimată în etajele superioare ale ființei sale. Este de asemenea perfect posibil pentru un bărbat să-si oprească total ejacularea, NUMAI PRIN FOCALIZAREA FERMĂ A VOINȚEI, canalizându-si mai mereu fortele si energiile sale subtile în sens ASCENDENT în vederea obținerii unor beneficii profund spirituale, divine.

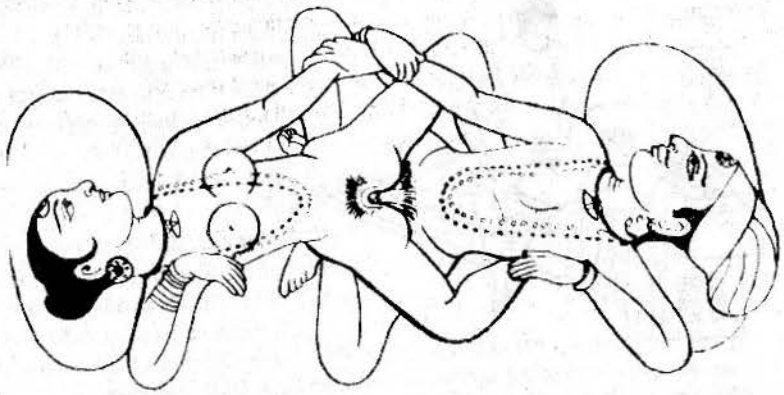
Scotându-si partial LINGAM-ul si mișcându-l jucăus în zona clitorisului, la intrarea în YONI, bărbatul va deveni astfel capabil să absoarbă secretiile care

vehiculează fluidele YIN spre a se polariza si astfel el va reusi sa fie „ingrijit in mod matern" de catre iubita sa, iar această practică îi va conferi puteri sporite prin polarizarea cu fluidele sale subtile YANG (+) care sunt vehiculate de secretiile sale amoroase. Un text secret tibetan denumeste acest procedeu secret „mulsul Vacii Celeste". Apasarea cu putere a limbii in cerul gurii, exact în spatele dinților din fata, sus, este un alt procedeu foarte eficient care permite să fie controlat impulsul ejaculator; el genereaza astfel un alt tip de „scurtcircuit" si ajută la calmarea si diminuarea pasiunilor. Absorbtia aerului prin „santul" limbii facute sul are de asemenea un profund efect calmant si stabilizator asupra întregii ființe.

Învățăturile secrete tantrice schitează, in general, cam aceleași tehnici de control al ejacularii ca și taoismul, cu exceptia folosirii punctului-focar PING-I (care corespunde unui meridian din acupunctură care este situat deasupra sfârcului drept). În Tantra, cel mai adesea accentul principal se pune pe nevoia de a învăta controlul perfect al respiratiei si al mintii. Datorită faptului că, cel mai adesea, YOGA sexuală presupune cunoasterea teoretica si practică, amănuntita a controlului respirator (PRANAYAMA) si a meditatiei yoghine profunde, nici nu e de mirare ca rareori sunt mentionate in TANTRA YOGA tehnici externe care să fie considerate specifice. Totusi, o trasatura specială este dată de importanta majora care este acordata controlului sfincterului anal, care, atunci când este realizat cu maiestrie și perfectionat, conduce la efecte cu mult mai bune decât presarea cu degetele a regiunii dintre scrot și anus.

Controlul perfect al sfincterului anal, care îi permite celui antrenat să-si contracte neîntrerupt sfincterul anal chiar si o ora este o tehnică foarte eficientă ce poate fi întâlnita în sistemele KUNDALINI YOGA si HATHA YOGA, si ea constă în contractia mai întâi repetata si apoi continuă a muschilor din jurul anusului, contractie ce determină printre altele ascensiunea energiilor subtile ce rezulta prin transmutarea biologică a potentialului sexual din zona bazinului. Controlul perfect al sfincterului anal este o tehnica HATHA YOGHINA cunoscuta sub numele de MULA BANDHA, care poate fi integrată în mod ideal în programul de tehnici prin care urmărim să atingem continenta sexuală, ea putând fi perfectionată cel mai bine în cadrul antrenamentului de HATHA YOGA cu ASANA-e si meditatii yoghine profunde.

Unele texte secrete yoghine si tantrice scot in evidenta o tehnica extraordinară care este cunoscută sub numele de VAJROLI MUDRA ("Sigiliul de diamant"). Aceasta este o practică HATHA YOGA foarte avansată care implică introducerea unor lichide si absorbtia în veziculele seminale ale acestora, prin LINGAM, cu ajutorul contractiilor, constient realizate ale diafragmei inferioare. Asemenea practici complexe sunt însă dificile si necesită un antrenament îndelungat; în plus ele nu mai sunt neapărat necesare pentru majoritatea bărbatilor care deja stapânesc perfect continenta. Alte tehnici secrete YOGA care sunt în general cunoscute sub numele de BANDHA-uri ("contractii") ajuta foarte mult la retentia în vederea transmutării biologice în energie, a potentialului sexual, prin contractia



Postura sexuală tantrica ilustrând o BANDHA (contractie secretă sau blocare), care facilitează retentia si transmutarea biologica în energie a potentialului sexual. Corpurile celor doi iubiti transfigurati formează atunci o YANTRA (figura geometrica simbolica care facilitează declansarea unui proces de REZONANȚĂ cu energiile subtile din MACROCOSMOS) care ajută la transmutarea în energie a potentialului lor sexual. După o pictura nepaleza din sec. al XVIII-lea.

sau blocarea psiho-fizica a canalelor subtile (NADI-uri) prin care circulă energia subtilă vitală. MULA BANDHA, sau „blocarea radacinii", care deja a fost menționată, este o astfel de tehnică. Unele ASANA-e mai complexe care sunt cunoscute în HATHA YOGA, permit să fie realizate în mod natural anumite BANDHA-uri, care ajută foarte mult la realizarea procesului de retentie a potentialului sexual în vederea transmutării biologice a acestuia în energie. Multe posturi sexuale complexe au - chiar daca acest aspect nu este descris în mod explicit - un efect similar asupra controlului ejacularii. Fiind cel mai adesea secrete, acestea sunt mult mai usor de descoperit în mod spontan si placut în timpul uniunii intime cu ființa iubită, decât să fie enumerate aici în mod mecanic.

TANTRA YOGA chiar specifică că anumite posturi amoroase secrete sunt foarte eficiente pentru controlul ejacularii, ele facilitând printre altele transmutarea biologică a potentialului sexual în energie si sublimarea acestuia la nivelul centrilor de forță (CHAKRA-e). Potrivite în acest scop, atât pentru bărbat cât si pentru femeie, sunt mai ales posturile sezând pe vine, pentru că ele provoacă în mod natural ascensiunea energiei sexuale uriase care rezultă prin transmutarea biologică a potentialului sexual. Posturile amoroase tantrice ceva mai dificile, în care bărbatul este așezat invers (cu capul în jos) sunt de asemenea utilizate uneori pentru a provoca curgerea energiei sexuale sublimate spre zona capului. În variantele folosite cel mai adesea în YOGA sexuală, femeia face aproape toate mișcările, în timp ce bărbatul rămâne cât mai interiorizat si transfigurat în postura amoroasă respectivă care îl ajută să-si retină sămânța. Una dintre cele mai potrivite

Postura taoista de YOGA sexuală, care este adesecri folosita pentru a facilita retentia potentialului sexual in vederea transmutarii si pentru a mări libidoul. Reprezentare după o gravura chinezeasca de la sfârsitul sec. al XVIII lea.

posturi amoroase de retentie a potentialului sexual este aceea când bărbatul este întins pe spate, fără a se misca, iar femeia se așează călare peste el. Într-o astfel de postură amoroasa femeia este, în general, cea care are responsabilitatea faptului ca el să nu ejaculeze; în această postura amoroasă femeia trebuie să facă aproape toate miscările normale care îi sunt specifice bărbatului.

Repetitia mentala a MANTRA-elor (vezi in aceasta directie capitolul „Sunetele excitante ale iubirii") si meditatiile yoghine profunde de vizualizare sunt adesecri foarte eficiente în vederea ritmarii si incetinirii respiratiei, a calmarii agitatiei mintii si a diminuării efervescentei spermei. Dacă bărbatul poate de asemenea să vizualizeze cât mai clar si pe cât posibil continuu procesul de sublimare a energiei, care rezultă prin transmutare, lui îi va fi mult mai usor sa realizeze controlul ejaculării. Procesul intim al sublimării este, în general, realizat prin vizualizarea clara si simtirea din ce în ce mai intensă a unor energii subtile vitale, care sunt constientizate ascensionând prin canalul central (SUSHUMNA NADI) de-a lungul coloanei vertebrale. În timp ce urcă, aceste energii subtile deschid si activeaza succesiv centrii subtili de forta, CHAKRA-ele.

Când energiile vitale ajung la nivelul capului (în zona lui AJNA CHAKRA si SAHASRARA), ele invigorează si energizează amplu întregul sistem psihic si mental al ființei umane respective. Nervii subtili (NADI-urile), meridianele corporale, centrii secreti psihici (CHAKRA-ele) precum si fluxul de energie subtilă sexuală, toate acestea si multe altele trebuie să fie vizualizate printr-o fermă concentrare la nivelul ochiului mintii sau al treilea ochi (AJNA CHAKRA). Când inspirati lent si cât mai profund, urmăriti să vizualizati cât mai clar energia vitala subtilă patrunzându-vă si energizându-vă întreaga ființă; apoi transformati si urmariti să rafinati această energie subtilă în drumul ei ascendent prin centrii secreti psihici (CHAKRA-ele). În acelasi timp, mentineti cât mai clară în minte imaginea profund transfigurată a iubitei ca fiind o extraordinară Zeita Vie si apoi dăruiti-i lui Dumnezeu fructele care rezultă din starile si emotiile completei voastre daruiri amoroase reciproce.

El trebuie să-si retină atunci complet respiratia si isi va retracta în sus partea inferioara a abdomenului. Vizualizând atunci cât mai clar pe Divinul SHIVA în comuniune amoroasa intimă cu energia Zeitei Înțelepciunii, el trebuie să preseze atunci ferm si neîntrerupt baza (scrotul) cu călcâiul si acoperisul (palatul - de fapt bolta palatină) cu limba. Concentrându-si apoi în acelasi punct focar toate gândurile sovăitoare si controlându-si perfect respiratia, el va preveni astfel pierderea sământei vitale (SPERMEI) care este atât de prețioasa, transformând-o într-o energie launtrică uriașă. Astfel trebuie să fie practicată cu curaj YOGA Eliberării.

CHANDRAMAHAROSANA TANTRA

În clipa în care bărbatul care se află în uniune amoroasa intima cu iubita sa este pe cale să ejaculeze, el trebuie să-si ridice capul si să-si retină complet nemiscată respiratia. Debordând atunci de forta si rotindu-si repede ochii de la stânga la dreapta, el trebuie totodată să-si contracte abdomenul si să-l tragă cu putere în sus, pentru a obliga astfel sămânța (SPERMA) să se întoarcă în sus sub forma de energie si să intre în tainicile sale vene. Acest excelent exercitiu care trebuie să fie realizat atunci când bărbatul se află în unire amoroasă cu iubita sa, prefectioneaza vederea si întăreste mentalul.

YU-FANG-PI-CHUN

Nici pasiunea, dar nici absenta pasiunii nu se găsește în beatifica si nesfârsita comuniune amoroasa a lui HEVAJRA cu iubita sa. Controlându-si la perfectiune emisia sământei (SPERMEI) prin puterea sunetului subtil (MANTRA) care este cunoscut de către yoghini, adeptul, plin de adoratie, trebuie să evoce în iubita sa manifestarea oceanică a împătritelor valuri de extaz. Această practică dătătoare de iluminare spirituală nu are nici început, nici mijloc si nici sfârsit!

HEVAJRA TANTRA

TAINA ABSORBȚIEI RECIPROCE

Textele tantrice și taoiste subliniază adeseori importanța absorbției mutuale care implică să preiei „echivalentul polar opus care este reprezentat de secretiile amoroase intime care sunt purtătoare de fluide vitale polarizante care aparțin ființei pe care o iubești". Aceasta absorbție care se realizează adeseori oral este foarte bine să se facă de fiecare dată când apare o emisie de fluide vitale. Pierderea sămânței vitale (a SPERMEI), care din câte se știe provine din toate părțile corpului, slăbește și scurtează în mod considerabil viața bărbatului. Modalitatea cea mai simplă și cea mai eficientă de a contracara pierderea spermei prin ejaculare este absorbția orală, conștientă a secretiilor amoroase ale femeii pe care o iubim și o transfigurăm. Pentru aceasta, în afara absorbției orale, sunt de asemeni sugerate diferite tehnici secrete, pe care le vom trata în detaliu. Condiția esențială care trebuie să fie respectată în acest caz este ca femeia respectivă pe care o adorăm să fie foarte vitală, frumoasă și sănătoasă.

Mai întâi, LINGAM-ul iubitului trebuie să rămâna în YONI-ul iubitei sale cât mai mult timp cu putință, fără a ejacula. Aceasta ajută atunci foarte mult bărbatul să absoarbă, pentru ca să se polarizeze, esența YIN (-) din inepuizabila sursă de energie lunară a femeii, iar femeia beneficiază și ea, la rândul ei, de esența YANG (+) a bărbatului și prin acest schimb mutual ea își întărește la rândul ei foarte mult forța vitală. Taoismul afirmă că fiecare ejaculare diminuează considerabil forța vitală a bărbatului și îl vlăguiește dacă nu este compensată de o absorbție echivalentă din esența YIN (-) a femeii, care poate fi realizată chiar și pe cale orală.

Un text chinezesc timpuriu al Dinastiei Han afirmă: „Împăratul cel Galben a învățat Arta Amorului Nesfârșit atât de la Fata cea Neagră cât și de la alte inițiatoare în misterele sexualității. În esență, această artă constă în suprimarea completă a ejacularii și în absorbția care poate fi realizată chiar și pe cale orală a fluidului esențial al femeii."

Absorbția reciprocă fără îngurgitare se realizează parțial prin retragerea ușoară a LINGAM-ului și prin vizualizarea clară și continuă a procesului subtil al absorbției. Capul LINGAM-ului absoarbe cu o mare usurință secretiile sexuale prin piele. În același fel, YONI-ul femeii poate absorbi secretiile amoroase intime ale bărbatului care vehiculează fluidele subtile direct prin peretii interiori ai vaginului și prin uter. Atunci când o femeie devine maestră în arta continentei și obține controlul conștient asupra YONI-ului său, ea poate absorbi cu ușurință și transforma prin transmutație biologică în energie uriașă atât emisiile de secretii proprii cât și pe acelea ale iubitului ei. Odată stăpânită la perfecțiune, această practică o va ajuta să dăruiască, celui pe care îl adoră și cu care face dragoste, esența amoroasă tainică YIN-YANG, care, pe lângă faptul că este reîntineritoare, totodată este dătătoare de forță vitală și putere.

Așa cum bărbatul beneficiază, fie chiar și pe cale orală, de absorbția esenței YIN (-), la fel și femeia la rândul ei poate să beneficieze, fie chiar și pe cale orală

Absorbția reciproca a fluidelor amoroase polar opuse ((+) și (-)) care sunt vehiculate de secretiile sexuale are loc atât la nivel fizic, cât și la nivel psiho-somatic. Reprezentare după o pictură chinezească de la sf. sec. al XVIII-lea.

de pe urma absorbției fluidului YANG (+) care este vehiculat de secretiile sexuale ale bărbatului. Dacă o femeie extrage însă în mod egoist și repetat sămânța (sperma) iubitului ei, făcându-l cu bunăștiință să ejaculeze, de fapt ea se implică atunci într-o formă de vampirism sexual deosebit de nociv, care o va face să sufere cumplit în altă viață datorită consecintelor faptelor ei. Tradiția chineză chiar povestește despre o frumoasă regină legendară din Paradisul Apusean, căreia îi plăcea foarte mult să se unească cu bărbatii tineri, cărora ea le lua vitalitatea, făcându-i să ejaculeze și absorbindu-le sămânța. Se spune că de fiecare dată când ea proceda astfel, mai multe zile la rând, tânarul respectiv se îmbolnăvea, în timp ce ea devenea din ce în ce mai vitală și frumoasă. Taoismul ne învață că, dacă o femeie egoistă și posesivă practică sistematic vampirismul sexual, făcându-l pe bărbat să ejaculeze pentru ca să se simtă ea „bine", există fără îndoială pentru ea riscul să-și piardă calitătile feminine. Ea începe atunci să se înăsprească sufletește și, disparându-i intuitia și sensibilitatea, ea va ajunge până la urmă să gândească ca un bărbat. Tradiția afirmă că o asemenea femeie se poate transforma chiar la nivel fizic. În aceeași idee, un străvechi tratat taoist de alchimie sexuală afirmă: „Dacă o femeie știe să-și conserve propriul ei potential sexual și totodată ajunge să obțină echilibrul dintre esentele tainice gemene YIN-YANG, atunci ea se poate transforma în întregime. Dacă în timpul actului sexual ea poate preveni absorbția de către bărbat a secretiilor sale sexuale, atunci acestea se vor întoarce (TRANSMUTA) în energie și apoi se vor răspândi în întregul ei corp; esența ei YIN (-) va fi atunci hrănită de către esența YANG (+) a bărbatului, cu conditia ca el să fie făcut să ejaculeze. Femeia care a învățat acest secret care o face să devină într-un anumit fel vampiră este atunci capabilă să se hrănească din iubitii ei." Hormonii sexuali masculini (care sunt prezenti în sperma) au într-adevăr un efect profund transformator asupra femeii. Atunci când sunt în exces, hormonii sexuali masculini pot face ca vocea femeii respective să se îngroașe și pot crea totodată și alte schimbări fiziologice care vor fi anormale. Sămânța vitală (sperma) pierdută prin ejaculare nu poate fi înlocuită decât în urma unui lung proces care angrenează toate elementele vitale ale corpului. În cazul unui bărbat tânăr, sămânța (SPERMA) pierdută în momentul unei singure ejaculări se regenerează ABIA DUPĂ ȘAPTE ZILE. RIG VEDA afirmă: „Desi sotia trebuie să seducă pe bărbat, nenorocita și

nebună este femeia care îl suge pe cel înțelept de sămânță (SPERMĂ) până când îl usucă."

Este aproape de la sine înțeles că mulți care vor citi aceste rânduri vor considera că beneficiile cele mai mari într-o relație amoroasă în cuplu le pot fi oferite de ABSORBȚIA MUTUALĂ. În această direcție, noi considerăm că nici bărbatul și nici femeia nu trebuie să ceară în mod egoist totul de la ființa iubită. Să nu uităm că, înainte de toate, o legătură amoroasă este un schimb reciproc. Aici însă satisfacția femeii este în mod suprem importantă. Numai procedând astfel, ea îi va putea oferi bărbatului din preaplinul puterii sale inițiatice. Iată de ce, în cazul bărbatului, faptul că el ajunge sau nu ajunge să „moară" de plăcere nu constituie singurul criteriu de succes a unei fuziuni amoroase-sexuale.

Poziție amoroasă taoistă potrivită pentru absorbția reciprocă a fluidelor amoroase. În timpul acestei poziții cei doi iubiți trebuie să se focalizeze asupra schimbului reciproc de fluide vitale. După o pictură chinezească de la sfârșitul sec. al XVIII-lea.

TABUURILE ACTULUI SEXUAL FĂRĂ CONTINENȚĂ

Bărbatul înțelept trebuie să aibă grijă să-și ritmeze viața sexuală în funcție de fluxul și refluxul fortelelor YIN (-) și YANG (+) din cosmos. El nu trebuie să facă deloc dragoste atunci când în locul respectiv este excesiv de frig sau excesiv de cald, la fel el trebuie să se abțină și să nu facă dragoste atunci când este vânt puternic sau când este o ploaie torențială, când este o eclipsă de Lună sau de Soare, în timpul unui cutremur de pământ; sau atunci când sunt tunete și fulgere. Toate acestea trebuie să fie pentru noi niște tabuuri ale Cerului. Bărbatul nu trebuie de asemeni să facă dragoste când este foarte intoxicat cu alcool sau cu alte otravuri; nici când este foarte nervos, nici când are o stare depresivă sau este afectat de o frică puternică. Acestea sunt tabuurile bărbatului. Nu trebuie de asemeni să se facă dragoste în locuri sfinte care sunt consacrate spiritelor sau lângă sanctuare speciale ale Cerului și ale Pământului, nici lângă o fântână sau aproape de focul din bucătărie. Acestea sunt tabuurile Pământului.

PENG TSU

Maestrul Jung era un adept capabil să-și hrănească și să-și controleze funcțiile fizice. El absorbea adeseori esențele noi care proveneau din Valea Misterioasă a femeii. Cheia esențială a acestei arte a și era aspirația să frenetica de a-și opri puterea să moară. „Sămânța (SPERMA) întoarsă" înapoi sub formă de energie mărește considerabil vitalitatea și hrănește creierul și mintea.

LIEH-HSIEN-CHUAN

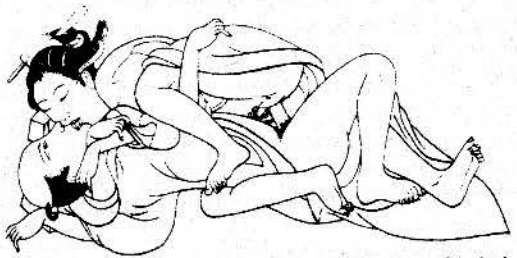
MEDICINA CEA TAINICĂ A CELOR TREI CULMI

În conformitate cu învățăturile tantrice și taoiste, femeia produce trei tipuri de secreții sexuale: 1) prin intermediul gurii; 2) prin intermediul sânilor și 3) prin intermediul YONI-ului. Absorbind în mod sistematic acest întreit Elixir Miraculos, bărbatul inițiat poate realiza după aceea transmutarea și sublimarea în energii subtile a acestor secreții specifice, combinându-le în final în mod armonios cu propriile sale energii.

O lucrare din perioada Ming descrie cele trei tipuri de secreții feminine, numindu-le Faimoasa medicină tainică a celor trei culmi:

"Culmea cea de sus a femeii este cunoscută în taoism ca fiind Culmea cea roșie în formă de lotus. Medicamentul miraculos care emană de aici poartă denumirea de Fântâna de Jad sau Izvorul cel Dulce. El izvorăște în special de sub limba femeii și are o culoare foarte deschisă, fiind aproape transparent. Când în momentele de mare fericire acest elixir este produs din abundență, bărbatul care o adoră pe iubita sa trebuie să se străduiască să-l înghită, transformându-l după aceea în energie benefică în Câmpul său de Cinabru (zona ombilicului) din plexul său solar. Acest medicament natural conferă printre altele o excelentă fluiditate celor cinci organe interne. Ajungând în partea stângă, acesta îi va hrăni considerabil intuiția și îi va întări Poarta Misterioasă (centrul sexual). Ajungând în partea sa dreaptă, acesta îi va mări în mod apreciabil potențialul Câmpului său de Cinabru. Aceasta va avea, de asemeni, efectul de a genera o nouă esență vitală și de a fortifica sângele.

Culmea cea mijlocie a femeii mai este cunoscută și sub numele de Culmea dublă în formă de lotus. Medicamentul miraculos produs de această culme dublă este Zăpada Albă, Esența de Coral sau Fluidul cu gust de piersică al nemuririi. El izvorăște din cei doi sâni ai femeii și are o mare valoare mai ales în cazul unei femei care nu a avut copii și care nu are lapte. Acest fluid extraordinar are culoarea albă și prezintă un gust ușor dulce și foarte plăcut. Bărbatul trebuie să sugă și să bea plin de adorație, acest medicament special. Când ajunge în Câmpul de Cinabru (centrul ombili-cului), el invigorează considerabil splina și stomacul.



În timpul sărutului erotic, cuplul continent face schimb de saliva. Taoismul consideră saliva femeii ca fiind datatoare de forță și vitalitate. Reprezentare după o gravură japoneză realizată de Shimokobe Shusui, aproximativ 1760

Când Zăpada albă este suptă de la o femeie, circulația sângelui ei va fi mult îmbunătățită, iar cei doi iubiți vor trăi după aceea niște extraordinare stări de plăcere. Când este supt în profunzime, acest prețios fluid ajunge în Lacul înflorat (centrul inimii) și apoi coboară către Poarta Misterioasă (centrul sexual). El are totodată un

Conform traditiilor secrete taoista si tantrica, sânii mari ai femeilor foarte senzuale si care prezintă o puternică iubire maternă secreta niste esente subtile care au un efect profund binefăcător asupra întregului organism. Reprezentare după o gravură japoneza realizata de Isoda Koryusai, aproximativ 1775.

efect profund binefăcător asupra întregului organism. Dintre Cele Trei Culmi, aceasta trebuie să atragă prima atenţia iubitului.

Culmea cea de jos a femeii mai este cunoscută si sub numele de Culmea cea Purpurie în formă de Ciupercă, Pestera Tigrului Alb sau Poarta Misterioasa. Medicamentul miraculos care este produs aici este Floarea Lunii sau Metalul Alb; el apare din Palatul lui YIN (-), care se găseste în profunzimea vaginului. Intrarea sa este de obicei închisă, dar, cu toate acestea, atunci când în timpul actului amoros-sexual, care este profund intim si dătător de fericire femeia devine atât de excitată încât se îmbujorează si vocea îi este răgusită, abia atunci această intrare interioară a ei se deschide. Când atinge de mai multe ori culmea plăcerii (ORGASMUL - dar fără descărcare), fluidul acesta tainic este secretat din abundenţă, curgând liber în jos. Dacă barbatul doreste, el poate atunci să absoarbă oral această secreţie tainică a femeii, iar dacă nu, el trebuie să-si retragă Arma iubirii până când ea ajunge să se afle doar la un vârf de deget în adâncime. Această absorbţie orală sau peniană are ca efect fortificarea cu totul extraordinară a fortei sale YANG (+), în acelasi timp făcând posibilă si armonizarea întregii sale fiinte pe multiple planuri.

Băutul Fluidului de Jad, adica a salivei produsa de gura unei femei foarte excitată sexual, care atunci vehiculează fluide subtile binefăcătoare este frecvent menţionată în tratatele taoiste ca fiind „una dintre cele mai bune modalităti naturale de a întări forta lui YANG (+)." Traditiile secrete ale lumii consideră adeseori că saliva are anumite proprietăti magice. Ea e folosită, deloc întâmplător, atât pe talismane cât si pentru „vindecarea în absenta", fiind utilizată atunci ca o modalitate de a realiza contactul (starea de REZONANŢA) cu un pacient care nu este prezent personal. Electronica moderna, care acum este utilizată ca o ramura a homeopatiei, foloseste deja saliva ca modalitate de diagnosticare si, de asemenea, tot ca o foloseşte ca pe o „tintă" către care energiile subtile vindecătoare pot fi directionate cu folos pentru a opera un transfer de energie benefica în aura pacientului prin declansarea unor procese de REZONANŢĂ.

Medicina alopată occidentală poseda o înţelegere incompletă a glandelor salivare si a secretiilor lor. Teoria curentă afirmă ca: „Stimularea cortexului cerebral si a hipotalamusului provoacă salivatia." Este interesant să observăm ca adeseori în ritualurile amoroase tautrice, substante cum ar fi camforul si tămâia

sunt arse si plasate lângă femeie. Camforul si alte substante volatile, parfumate care sunt înrudite cu acestea au atunci un profund efect stimulativ asupra cortexului cerebral, provocând printre altele o accentuată salivatie la femeie.

Cantitatea si chiar compozitia salivei variaza în mod considerabil, aceasta depinzând de tipul de stimulare care o produce. Substantele comestibile produc o salivă semi-fluidă, bogată în enzime, în timp ce substantele necomestibile introduse în gură stimulează secretii foarte apoase. Dacă este consumată o substantă acidă, saliva devine foarte bogata în proteine; laptele cauzează o salivatie abundentă, care este bogată în materie organică. Saliva homeostatica este de obicei acidă si, atunci când curge liber, ea devine alcalină. Proprietătile tonice ale secretiilor orale sunt larg acceptate de medicina occidentală, dar natura specifică precum şi calitatile salivei care este produsă de stimularea sexuală intensă este încă relativ necunoscută în Vest.

Taoismul amoros învată ca secretiile sexuale ale femeii care atinge o stare cu totul extraordinară de fericire pot fi efectiv absorbite de iubitul ei fie în mod oral, fie prin capul LINGAM-ului, care este retras usor si mentinut nemiscat la intrarea în YONI. Reprezentare dupa o pictura chinezească din secolul al XIX - lea.

Băutul Zăpezii Albe care izvoraste din sânii femeii este un alt mister pentru occidentali. Textul se referă la ea ca la o secretie mai curând fizică decât subtilă. Este evident pentru cei initiati că Zăpada Albă nu reprezintă lapte mamar produs de o femeie cu copil, ci mai degrabă este o secretie generată spontan de excitarea sexuală care apare în cazul femeilor foarte vitale si senzuale care prezintă o puternică stare de iubire maternă.

În timpul excitatiei sexuale intense, sânii femeii foarte vitale si senzuale secretă esente subtile dătătoare de vigoare şi care sunt profund reîntinerităoare. Reprezentare dupa o pictură chinezească din secolul al XIX-lea.

Un text taoist timpuriu vorbeste de un bărbat care a trait până la vârsta de 180 de ani sugând secretiile miraculoase din sânii femeilor. În India se vorbeste uneori despre unii yoghini care produc secretii maternale asemănătoare cu laptele. Textele medicale indiene afirmă că „laptele de mamă este cea mai bună mâncare şi că el poate reîntineri cu siguranţă o persoană bătrână." Este foarte interesant faptul că au existat câteva cazuri de bărbati care au dat lapte în mod spontan pentru a hrăni un copil a cărui mamă murise, acest aspect

ilustrând astfel faptul ca în realitate femeia se află în stare latentă în fiecare bărbat.

Există de asemeni anumite legături subtile între sânii si uterul femeii. Atunci când sânii femeii sunt supti, vulva se contracta spontan si aceasta afecteaza secretiile ei glandulare. Învățăturile tantrice afirmă că secretiile sânilor sunt adeseori activate de sunete speciale, mai ales de acelea care sunt asemanatoare cu primul tipăt al unui copil. O femeie vitală și foarte senzuală fără copil poate produce, cu siguranță, atunci când face dragoste, o esență mamară fizică ce este asemănătoare cu laptele, cu conditia ca ea sa doreasca în mod liber aceasta. Această dorință profund maternă și tainic hrănitoare trimite atunci un mesaj emotional sistemului glandular care face ulterior ca Zăpada Albă să fie secretată. Secretiile sânilor se pot manifesta uneori și la un nivel pur subtil energetic, adică nefizic.

O postură amoroasă tantrică considerată ca fiind specifică pentru absorbția reciprocă. Mișcarea sexual-amoroasă trebuie să fie atunci ușoară și ritmică. Reprezentare după o pictură indiană în miniatură. Rajastan, secolul al XVIII-lea.

O femeie foarte vitală și senzuală care este intens excitată sexual secretă anumite fluide care apar în YONI-ul său. Taoismul vorbește despre aceste secretii speciale ca fiind Apele Florii de Luna; textele indiene si tantrice vorbesc despre Fluviul Lunar sau, mai simplu, despre Lichidul Amoros. KAMA SUTRA, clasicul tratat hindus asupra amorului, afirma: „Femeile nu emit sămânța (SPERMA) precum barbatii. Căderea sămânței la bărbat are loc doar la sfârșitul actului intim, pe când în cazul femeii fluidele acesteia sunt secretate în mod continuu."

Emisiile de energii subtile (fluide) care sunt vehiculate de secretiile sexuale din YONI-ul femeii variază considerabil, ele depinzând de temperament, de starea generală a sănătății, de dieta, de momentul în ciclul său lunar si chiar de nivelul de pasiune sexuală. Hormonii ovarieni, sărurile minerale si organice, ca și amino-acizii si alte substante corporale esentiale, sunt doar câteva dintre substantele binefăcătoare foarte eficiente care sunt continute în secretiile sexuale care apar în YONI. Sexologia occidentală a aceptat abia de putin timp faptul că, atunci când o femeie atinge orgasmul cu descărcare, ea produce într-adevăr niște secretii specifice, care sunt altele decât acelea care sunt denumite „simpli lubrefianți sexuali". Se pare că acestea emană chiar din uter și din regiunea așazisă a „prostatei latente".

Tantra consideră că Fluidul amoros sau Nectarul lotusului este cel mai benefic atunci când el are un gust dulceag. Această caracteristică concordă cu tratatele

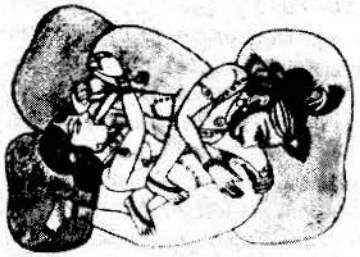
medicale orientale, care leagă gustul dulce de asimilatie și de alimentatie. ANANGA RANGA afirma: „Tipul de femeie Lotus produce o esență amoroasă parfumată ca un crin proaspăt înflorit; Femeia Arta emite fluide fierbinți care au parfumul și gustul mierii; femeia Scoica secretă în mod distinct un fluid amoros sărat."

O importantă lucrare taoistă asupra alchimiei afirmă că în realitate femeia are o esență YANG (+) în uter pe care ea o emite în fiecare lună sub forma sângelui menstrual. Fiind denumită Zapada Rosie, despre această secretie se spune că este adevărata esență a sângelui femeii, care în cazul fecundării creează embrionul în vulva. Această esența YANG (+) originală este cea care apare atunci când femeia produce Medicamentul său faimos care este supranumit Elixirul Florii de Lună și despre el se spune că are puterea de a mări forța YANG (+) a bărbatului, printr-un proces de absorbtie directă pe cale orală sau eventual prin contact amoros-sexual realizat însă cu continență.

Diferite tehnici, cum ar fi cele arătate în capitolele „Absorbția reciprocă" si în „Natura hrănitoare" ale acestei cărți, se învață atât în tradiția tantrică cât și în cea taoistă în scopul absorbtiei întregului Medicament al femeii. O lucrare taoistă asupra alchimiei sfătuieste bărbatul ca, atunci când Broasca Țestoasă (organul viril) a intrat în vagin, să aștepte venirea Esentei Femeii, care este produsă de orgasm. Atunci Țestoasa (LINGAM-ul) trebuie să-și întoarcă capul, păstrându-și propria sămânță și să bea fluidele tainice ale femeii".

Această absorbtie se poate realiza fie oral, fie prin tehnici YOGA avansate (UDDIYANA BANDHA), ce creează un anumit vid sau cu alte cuvinte o presiune negativă în abdomenul bărbatului, prin aceasta el devenind capabil să „sugă emisiile din YONI-ul femeii" sau pur și simplu prin capacitatea naturală de absorbtie a capului LINGAM-ului său. Pielea LINGAM-ului devine atunci aproape erectă prin absorbția imensei cantități de sânge menstrual. În același mod, atunci când LINGAM-ul bărbatului se înmoaie în YONI, el îi absoarbe, de asemeni, în mod natural secretiile. Absorbția cea mai bună a secretiilor din YONI se poate însă realiza așa cum am mai specificat și direct prin gură. În acest caz, există un schimb profund și direct între salivă și fluidele sexuale din YONI. Acest tip de sex oral implică atunci o stare de transfigurare și adoratie din partea bărbatului și el facilitează integrarea și armonizarea celor doi „poli" ai corpului ("cel superior" și „cel inferior"), totodată atunci se realizează un schimb sănătos de secretii, energii și potențialuri. Tantricii

Postura amoroasă taoistă, care facilitează absorbția secretiilor menstruale ale femeii direct prin capul LINGAM-ului. Reprezentare după o gravură japoneză, aproximativ 1550



Sexualitatea orala reciproca realizata intre doua fiinte care se iubesc foarte mult permite circulatia, armonizarea si schimbul secretiilor vitale. Reprezentare dupa o pictura miniaturala din Rajasthan, de la mijlocul secolului al VIII-lea.

afirma ca absorbtia secretiilor sexuale sau menstruale ale unei femei vitale, senzuale si sanatoase prin limba, buze si gura este profund benefica pentru intregul sistem si totodata ea este „placuta lui KUNDALINI".

Medicina tainica a celor trei culmi confera printre altele capacitatea de a hrani si revitaliza corpul, psihicul si mentalul. Nu trebuie insa sa se abuzeze in practica bazata pe aceste procedee; aici este esentiala inainte de toate o legatura profunda fundamentata pe transfigurare si iubire, pentru a avea loc intr-adevar un schimb de potentiale. Distilarea sau alchimizarea iubirii are loc mai intai in centrul inimii, de unde izvorasc cele mai inalte si sublime trairi ale iubirii si afectivitatii. Ar fi deci o imensa greseala sa consideram secretul fluidelor feminine ca fiind raportat doar la un nivel exterior. Dragostea intensa si profund transfiguratoare trebuie sa „umple" fizicul cu spiritualul, fiindca numai atunci poate aparea adevarata alchimie sexuala care face sa se produca MIRACOLUL.

De ce sa ne mai incurcăm cu pilula nemuririi, când oricine care își adora plin de transfigurare iubita este binevenit să bea din Fântâna de Jad?

HSU-HSIAO-MU-CHI

Barbatul isi intoarce samanta sa vitala (sperma) in energie si astfel, plin de fericire si putere, el previne orice emisie (EJACULARE). El absoarbe astfel, extaziat fluidele din Minunata Poarta a femeii, in acelasi timp bându-i si savurându-i saliva. Aceasta practica speciala este cunoscuta sub numele de Întruptarea din Natura Desavârsita; ea confera printre altele sanatate deplina si viata lunga.

LAO-LO-FU

Îmbratisându-si coplesit de bucurie iubita, el isi introduce Sceptrul Amoros în Lotusul ei, sorbind cu sete elixirul tainic de pe buzele ei; cei doi par a fi stropiti cu lapte. Când întreaga bogatie de placeri coplesitoare apare, coapsele ei încep sa tremure în mod excitant si atunci îmbatata de fericire ea atinge prima împlinire. Astfel ea devine una cu Cel Nepieritor, absorbindu-se reciproc, unul în celalalt, fara egoism. Nu trebuie însa sa fie facut abuz cu acest fel de practici, caci în cazul celor care nu se iubesc si actioneaza sub impulsul unor calcule egoiste si meschine ele vor duce cu usurinta la boala si la confuzie. Adeptii trebuie sa aiba totdeauna grija si sa actioneze cât mai corect în cazul acestor practici foarte puternice.

KALACHAKRA TANTRA

LUPTA DRAGOSTEI

(Acest capitol se adreseaza în special acelora care tocmai au început sa realizeze continenta)

Învataturile taoiste vorbesc adeseori despre actul amoros ca fiind o „lupta". Se crede chiar ca Fata cea Neagra, pe care anterior noi am mentionat-o ca fiind initiatoarea Împaratului Galben, este atât autoarea mai multor carti de strategie militara, cât si a unor lucrari despre Arta Iubirii. Ideea de a considera pe fiinta iubita ca fiind un „partener de lupta pe care trebuie sa-l învingi" poate parea la început ciudata si contradictorie, dar de fapt ea se bazeaza pe o întelegere profunda a diferitelor aspecte sexuale.

Orice tehnica sexuala care este realizata de cei care se iubesc în acceptia unei „lupte" amoroase trebuie sa fie abordata în spiritul unui joc spumos si detasat, fiindca niciodata nu trebuie permisa degenerarea jocului amoros angrenat ca „lupta" în atitudini egotice.

Miscarile rapide pot fi folosite uneori, cu succes, pentru a canaliza energia sexuala. În taoism, amorul este uneori comparat cu o „lupta". Reprezentare dupa o pictura japoneza realizata de pictorita Yemura Shoen (1875-1949).

Un tratat târziu din timpul dinastiei Ming afirma:

"Un «general superior» trebuie sa se concentreze permanent si sa-si iubeasca adversarul. El trebuie sa cultive mai mereu o atitudine detasata, de indiferenta (termenul «general superior» se refera aici la adeptul taoist). Când este gata sa faca dragoste, el trebuie sa mângâie într-un mod jucaus cu mâna Poarta de Jad a femeii si sa-i suga limba. El trebuie de asemeni sa-i preseze sânii si sa-i soarbă respiratia; procedând astfel, ea va deveni foarte excitata. În tot acest timp, barbatul trebuie sa se controleze perfect, detasându-si undeva în afara mintea, ca si cum atunci aceasta ar pluti într-un cer albastru si clar. El este chiar sfatuit sa-si imagineze corpul scufundându-se undeva în nimic. Închizând adeseori ochii (barbatul nu trebuie sa o priveasca pe femeie ca sa nu devina prea excitat deoarece aceasta l-ar putea face ca în momentul fuziunii amoroase-sexuale sa-si piarda controlul) pentru a atinge toate acestea este necesar un sentiment interior de nonsalanta si de detasare".

Acest fel de atitudine sexuala este greu compatibila cu o relatie de durata, daca cei doi nu sunt constienti de ceea ce se petrece si nu o considera ca fiind doar un joc. În acelasi text se ofera o descriere despre „cum sa te aperi de inamica", pentru a preveni astfel si pentru a „întoarce samanta" în energie.

Aceasta descriere a jocului amoros sub forma unei lupte are forma unei alegorii: „Testoasa se retrage inlauntru, dragonul absoarbe, sarpele inghite si tigrul asteapta". Comentariul ne ofera urmatoarea interpretare la aceste instructiuni cifrate:

"Închizând prompt ochii si gura, retragând imediat picioarele si mâinile si presând ferm cu degetele punctul dintre scrot si testicule, in acelasi timp concentrându-si mintea, iata «cum se retrage in realitate testoasa in ea insasi». Tragând in sus Adevaratul fluid (emisiile din YONI) si facându-l sa urce constant (absorbindu-l prin LINGAM) pâna ce el ajunge la locul secret de la nivelul capului (SAHASRARA) iata cum «absoarbe dragonul». Sarpele «isi inghite victima», muscând-o mai întâi usor pâna ce ea devine lipsita de putere si apoi, la un moment dat el o înghite complet. Tigrul «asteaptă atunci si apoi isi înhata prada pe nevazute»".

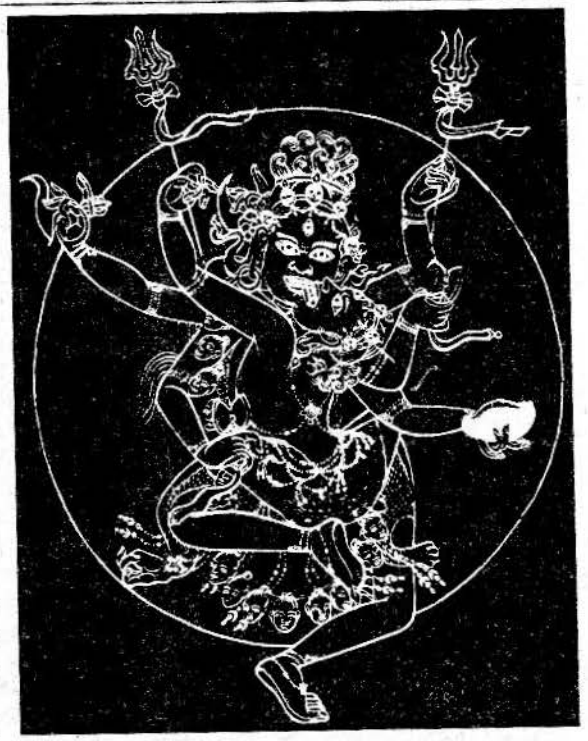
Alegoria „luptei" in jocul amoros este folosita din plin in textele taoiste unde exista descrierea amorului. Teoria arata ca la un moment dat „inamicul" isi epuizeaza rezerva de putere, trebuind astfel sa „capituleze". Textul de mai sus continua:

"Inamicul capituleaza si eu culeg atunci laurii victoriei. Acest aspect este cunoscut ca fiind ceva „deja implinit", care garanteaza pacea pentru o intreaga generatie. Retragându-ma in final de pe câmpul de lupta, recapat putere si totodata imi pun prada in magazie, marindu-mi astfel rezervele. „A culege atunci laurii victoriei" inseamna ca, atunci când femeia atinge culmea placerii, eu continui sa-mi misc Arma iubirii inauntru si in afara, alternând penetrarile adânci cu cele superficiale, retragând-o complet afara din când in când. Sugându-i limba si presându-i sânii, o fac sa raspândeasca Adevaratul Fluid, pe care eu il pot ulterior absorbi. Termenul „o intreaga generatie" inseamna aici timp de doisprezece ani. „magazia" este aici mâduva osoasa."

Aceasta este fara indoiala o descriere a amorului alchimic fara descarcare, care este desemnat sa intareasca si sa amplifice potentialul masculin. Ea sugereaza ca, de fiecare data când barbatul primeste Adevaratul Fluid sau YANG-ul Interior al femeii, el are astfel posibilitatea sa-si mareasca speranta de viata cu doisprezece ani. Este interesant ca cercetarile gerontologice recente asupra metodelor orientale de prevenire a îmbatrânirii au stabilit ca mâduva osoasa este un factor determinant pentru imbatrânire. Anumite experimente facute pe animale, care au constat in transplantarea directa de mâduva osoasa noua, le-au marit efectiv acestora durata vietii. Mâduva osoasa si samânta sunt prin urmare intim legate, caci in realitate amândoua sunt generate in niste cicluri glandulare inrudite.

Textele tantrice descriu adeseori forme teribile ale unor zeitati care sunt utilizate pentru vizualizare, ca o modalitate de a transforma trasaturile psihologice negative. Sentimentul teribilului este starea care poate fi generata in cazul unora in modul cel mai simplu. Vizualizarile formelor teribile sunt, de fapt, mai usor de mentinut in cazul unora, decât cele binevoitoare. Totusi, in Tantra, toate formele

mistice teribile sunt concepute ca fiind „de o mare frumusete interioara si pline de compasiune". In mintea adeptului tantric, Gardienii Initiatori, DAKINI-urile sau yoghinele tantrice apar adeseori ca fiind niste viziuni terifiante, ce sunt in cele din urma transformate in forme minunate, pline de frumusete.



O vizualizare tantrica, teribila a lui MAHAKALA si a contrapartii sale feminine in uniune amoroasa, extatica. Vizualizarea unor asemenea forme exaltate ajuta la depasirea rapida a limitarilor personalitatii. Reprezentare dupa o pictura tibetana de la sfârsitul secolului XVIII-lea.

Un aspect ciudat al psihicului uman este acela ca locurile sau aspectele care ne repugna cel mai mult - teroarea, mânia si urâtenia - ne fascineaza si sunt mai usor de vizualizat decât cele care ne atrag. Datorita faptului ca uneori emotiile sunt mai usor trezite prin aspectele reprimate ale personalitatii sau care rămân neconfruntate cu mentalul inferior, sursa de enegie utilizata atunci pentru vizualizare este astfel mult mai usor accesibila.

Obstacolele psihice de tot felul si emotiile negative pot fi cel mai bine indepartate prin vizualizarea lor ca fiind fortele mânioase si teribile ale psihicului si prin transformarea lor (care este in realitate o sublimare) in timpul uniunii sexuale. In aceasta misterioasa batalie atemporala, fortele întunericului sunt invitate sa iasa la lumina pentru a fi combatute si apoi sunt înfrânte si sublimate prin puterea vizualizarii profund detasate tantrice. Când „Lupta" Dragostei are loc într-o dimensiune interioara, procesul transformarii spirituale este astfel mult accelerat. Adevarata victorie consta aici in zorii luminii spirituale interioare.

"Lupta amoroasa a Sexelor" nu este analogic vorbind diferita de Arta Războiului; înainte să înceapă lupta amoroasă în cadrul jocului iubirii cei doi combatanti se iscodesc reciproc, cu multă atenție, cercetându-si fortele si slăbiciunile. De aceasta depinde succesul în lupta amoroasa.

JOU PU TUAN

Orice barbat care a gasit o femeie vitala, frumoasa si inteligenta care il iubeste si pe care el o iubeste foarte mult, trebuie să o adore cu fervoare din tot sufletul. De fiecare data când se va mai uni amoros cu ea el va trebui de asemeni să urmărească din toate puterile să se gândească și totodata să simtă că el este CEL MAI PUTERNIC ȘI MAI VIRIL BĂRBAT DE PE PAMÂNT. Gândind și simtind intens aceasta el își va putea stăpâni foarte bine pasiunea pentru ea și după aceea el își va introduce lent si atent „TIJA DE JAD" în „CRATERUL" (YONI-ul) iubitei sale și dupa ce o va penetra încetișor cât mai adânc, se va retrage apoi partial rămânând în ea cât grosimea unui deget. După ce el va proceda astfel de 7 ori, se va opri pentru a savura starea și pentru a-si calma si mai bine dorintele. La 7 minute după aceea, el va începe sa facă dragoste într-un mod ceva mai viguros si va continua astfel fără să-și piardă sămânța până când iubita sa va trăi o imensa fericire. De îndata ce femeia va ajunge la această culme a plăcerii, atunci când lui îi este ceva mai greu să se controleze, el trebuie să fie foarte atent si atunci este necesar ca el să se miște cât mai lent cu putință, pentru ca iubita sa să ajunga din nou și din nou la culmea fericirii. Barbatul va continua astfel să se miște, dar de îndata ce va simți că este pe cale să-și descarce sămânța el își va scoate imediat TIJA DE JAD din „CRATERUL" iubitei sale, si va urmari aspirând din toate puterile sale să-și retină permanent sămânța (PENTRU A O TRANSMUTA ASTFEL IN ENERGIE).

HSU-CHEN-YEN-I

Cu cât este mai lungă, pasionată și excitantă lupta amoroasă, cu atât statura Luptătorului amoros devine din ce în ce mai impunătoare și odată cu ea creste si curajul său. Atunci pentru el, Pestera Placerii nu mai este o groapa fără fund. Contactul intim dorit este astfel realizat de el și pe părți și în adâncime. Corpul ei excitat tremura și se unduieste cu voluptate; gemete excitante de placere îi răsar spontan de pe buze. La ea iarba și tufișurile din jurul Portii se umezesc atunci de roua extazului. El se întinde după haine, ca să mai steargă din nectarul amoros care curge din abundență însă femeia îl retine. Ea simte că o Lupta amoroasă a Sexelor trebuie să fie o frenezie dezlănțuită, un extatic dans de templu care este realizat cu un acompaniament înflăcărat de clopote și tobe.

JOU PU TUAN

NATURA HRĂNITOARE

Femeia detine practic o cantitate uriasa de esență YIN (-), în cazul în care ea actionează în deplină armonie cu natura. Experientele amoroase spontane, care sunt realizate cu continență, o revitalizează profund și îi refac mereu această esență YIN (-). Totusi, dacă este fortata să se angreneze într-o activitate sexuală fără iubire, care nu urmăreste continenta, care este mecanică, care implica rutina, ea riscă să își epuizeze în scurt timp energia vitală si se va vlăgui.

Un tratat taoist de alchimie afirma:

"Când o femeie care iubeste, face dragoste cu un bărbat, este foarte important ca inima ei să fie liniștită și mintea calmă. Dacă atunci când femeia simte că se apropie de orgasm, bărbatul nu a atins cea mai mare plăcere, ea trebuie să trăiască orgasmul dar totodată este necesar să se stăpânească pentru a nu se descărca deloc. Dacă simte că mișcările barbatului îi provoacă un orgasm care o poate face cumva să se descarce ea trebuie să oprească imediat miscarile propriului sau corp si transmutându-si, astfel, potentialul ei sexual, esenta ei YIN (-) va fi si mai mult înviorată. Dacă în anumite situatii esenta ei YIN (-) se epuizează datorită orgasmelor dese în care au loc descarcări repetate, atunci în corpul ei se formează un fel de vacuum, care o predispune la slăbiciune si la boală".

Taoismul subliniază adeseori că „femeia nu trebuie niciodată să se lase prada tristetii sau gelozie, chiar atunci când își vede bărbatul făcând dragoste cu o altă femeie, pentru că aceste stări îi vor hiperexcita esenta ei YIN (-). Atunci, ea se va confrunta la scurt timp după aceea, cu dureri fizice, atât când este asezata, cât si atunci când se află în picioare, iar secretiile sale amoroase vor fi eliminate, în mod inutil, de la sine, vestejindo și îmbătrânind-o înainte de vreme."

Învataturile secrete asupra sexualitatii subliniază faptul că femeia nu trebuie niciodata să se lase prada gelozie și posesivitatii. În societatea poligama din China antică, soțiile și amantele învătau să se accepte una pe alta ca fiind mai curând surori și prietene intime decât rivale. După o pictură chineză din timpul dinastiei Ming.

Femeia trebuie să cultive permanent armonia cu mediul si cu iubitul ei, în scopul de a-si stimula sensibilitatea si imensul ei potential sexual pe care ea

va urmari sa-l transmute cât mai bine în energie benefică. Natura feminină poate fi trezita, dezvoltată si amplificata în contact cu diverse elemente YIN (-): plimbari în gradini cu flori sau cu picioarele goale pe iarbă înrourată, înot sau plajă la mare sau în râuri etc. Se spune că, de asemeni, contactul cu femei frumoase, vitale si senzuale este una dintre cele mai eficiente modalitati de a trezi si amplifica natura YIN (-) si, mai ales din acest motiv, iubirea *sapphică* (lesbiană) era considerată ca fiind perfect naturală în culturile care au recunoscut această putere tainică a feminitatii. Este însa esential atunci ca femeia în cauză să aibă totusi si unul sau chiar doi iubiti (de sex opus).

Natura unei femei este în special trezită si amplificata atunci când aceasta obtine controlul deplin asupra emotivitătii, permitând acestei energii primare, pe care ea o sublimează, să-i transforme si să-i armonizeze personalitatea. Dacă o femeie vitală si foarte senzuala reuseste să învete să-si controleze si să-si canalizeze energia emotională, ea poate atunci să devină o sursă aproape inepuizabilă de hrană vitală si psihică pentru iubitul ei, care este un perfect continent. Atât Taoismul cât si Tantra arată că maturitatea emotională reprezintă una dintre cheile secrete ale întelegerii alchimiei extazului amoros.

Natura armonioasă care există într-o fiintă umană este trezita, dezvoltată si amplificata în special prin amorul frenetic si dezinhibat realizat cu continentă. Cei doi iubiti pot contribui în mod spontan la aceasta, cu conditia să pastreze un echilibru deplin între actiunile de a „a dărui" si de „a primi".

În mod normal, într-o relatie sănătoasă si armonioasă, orice pierdere de esentă YIN (-) a femeii care este generată prin orgasmul cu descărcare este compensată abia după 7 zile de absorbtia energiei YANG (+) a bărbatului. Totusi, dacă bărbatul o suprasolicită în mod repetat pe femeie, facând-o să aibă orgasme cu descărcare, el îi poate lua astfel energia vitală si o va face să se vlăguiască. Dacă atunci ea nu are un stil de viată natural, nu mai va putea compensa prin nimic ceea ce „i s-a luat".

Textele alchimice, cum ar fi CHANDRAMAHAROSANA TANTRA, descriu YONI-ul femeii ca fiind „un tainic creuzet, un vas al transformării". În acest vas se amestecă esentele YIN (-) si YANG (+), care hrănesc si totodată transformă în profunzime cuplul care este perfect continent. Acest proces complex are loc atât la nivel fizic, cât si subtil.

Una dintre principalele tehnici fizice de absorbtie si transformare a energiei sexuale, în Tantra, este VAJROLI-MUDRA, care este supranumită „sigiliul de diamant"; aceasta urmăreste printre altele întoarcerea fluxului energiei sexuale spre zonele superioare ale corpului. Atât bărbatii cât si femeile (la femeie această tehnică este mult mai usor de realizat) pot practica în mod eficient această tehnică pentru a absorbi fiecare în mod constient secretiile lor amoroase pentru a le transmuta si sublima apoi în energie în scopul de a grăbi evolutia spirituală.

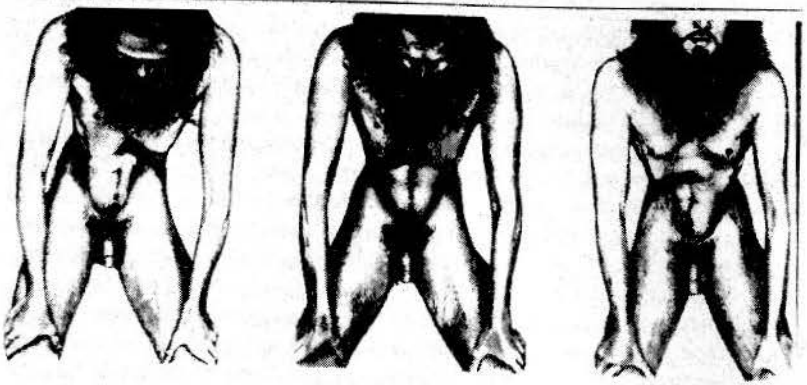
Femeia practica VAJROLI MUDRA, absorbind secretiile sexuale ale bărbatului prin intermediul contractiilor ritmice ale peretilor YONI-ului ei si,

deschizându-si astfel colul, ea le acumulează cu usurintă pe toate în uter si apoi începe să le transmute în energie, care o va ajuta să atingă mult mai repede starea androginală glorioasă. În acelasi timp, ea vizualizează energia ascensionând cu putere si atunci îsi înghite saliva.

Tehnica fizică respectivă implică două miscări distincte. Prima presupune contractia fermă si constientă a muschilor sfincterului uretral, care se află imediat sub clitoris. Acesti muschi sunt strâns legati de sfincterul anal, care, după cum se stie, controlează excretia. Sfincterul uretral controlează si regularizează urinarea. Dacă femeia, atunci când urinează, localizează si contractă în mod ferm si constient acesti muschi, atunci fluxul va fi imediat întrerupt, iar când după aceea ea îi relaxează, el va continua din nou să curgă. Odată ce acest muschi este clar localizat, practica de zi cu zi îl poate dezvolta si pregăti gradat pentru a deveni un auxiliar pretios în Arta Iubirii. În timp ce practică ferm si sistematic această contractie, femeia trebuie să ridice totodată partea inferioară a abdomenului, alternând astfel contractiile puternice si lungi cu relaxarea lui. Femeia poate verifica atunci cu usurintă eficacitatea miscărilor sfincterului ei introducând cu grijă în YONI-ul ei unul sau două degete, în timp ce practică atent acest exercitiu. Când este corect realizată, această contractie puternică îi va strânge suficient de mult si apoi îi va elibera degetele. ANANGA RANGA afirmă:

"Femeia care doreste să devină foarte senzuală trebuie mai mereu să urmărească să închidă cu putere si să contracte YONI-ul ei până când va deveni capabilă să tină LINGAM-ul iubitului ei ca si cum ar face aceasta cu un deget, deschizându-si si închizându-si muschii care îi oferă atât ei cât si iubitului ei o imensă placere, iar în cele din urmă ea va ajunge să actioneze cu o asemenea putere cu acesti muschi precum o face mâna unei păstorite (GOPI), care mulge o vacă. Această tehnică secretă nu se poate învăta decât prin practică si mai ales concentrând ferm acolo puterea vointei care va fi atunci focalizată în zona vizată. În timp ce face aceasta, ea trebuie să repete mental numele zeului Iubirii, KAMADEVA, pentru a primi astfel în mod subtil binecuvântarea si protectia lui. Când va putea realiza această tehnică la perfectiune, ea va fi multumită să afle că această artă, odată învătată, nu este nicicând uitată si totodată aceasta o va face să fie cea mai minunată femeie pentru iubitul ei sot. Sotul ei o va pretui atunci mai mult decât pe oricare femeie si nu o va putea schimba nici pentru cea mai frumoasă femeie din lume. Atât de minunată si de încântătoare este pentru un bărbat viril si continent cea care-si poate contracta cu măiestrie în acest mod YONI-ul încât el rămâne mereu îndrăgostit de ea si îi este imposibil să o părăsească."

A doua miscare foarte plăcută a femeii implică realizarea unui exercitiu YOGA simplu, cunoscut sub numele de UDDIYANA BANDHA sau „contractia care provoacă ridicarea". Acest exercitiu facilitează printre altele transmutarea potentialului sexual si asigură sublimarea si canalizarea energiei din regiunea sexuală către în sus. UDDIYANA BANDHA se realizează expirând tot aerul si



UDDIYANA BANDHA, sau „contractia care provoaca ridicarea", isi trage numele dupa un vechi tinut din India de Est unde s-a dezvoltat pentru prima data YOGA tantrica. Exercitiul se realizeaza cu mainile pe genunchi si cu plamanii goi de aer. Mai intai trebuie sa fie izolati muschii abdominali, drept si apoi cel stang, apoi se izoleaza stomacul, care este ulterior rotit, iar tot acest proces este cunoscut sub numele de NAULI. GHERANDA SAMHITA afirma ca „cel ce practica in mod perseverent UDDIYANA BANDHA cucereste chiar si moartea. Marea Pasare a Vitalitatii este astfel ridicata rapid prin Axul Central, trezind constiinta in vederea revelarii Sinelui Suprem". Acest exercitiu puternic poate fi totodata utilizat pentru a facilita absorbtia in vederea transmutarii secretiilor sexuale si pentru a sublima rapid energiile sexuale.

contractând după aceea muschii abdominali, pentru a produce astfel o presiune mare sau, altfel spus, un vacuum în partea inferioară a abdomenului, care ia astfel o formă concavă. O mișcare suplimentară, cunoscută sub numele de NAULI sau „valul de mișcare", constă după aceea în izolarea muschilor abdominali, ce permite ridicarea și transformarea masivă în etajele superioare ale ființei a energiei sexuale. Aceste două mișcări sunt adeseori cultivate de către dansatorii și dansatoarele din abdomen, care probabil au preluat tehnica de la dansatoarele din templele indiene, care erau instruite în aceste metode secrete tantrice.

Obținând controlul perfect asupra muschilor de la YONI și asupra muschilor abdominali, femeia își poate după aceea trezi, dezvolta și amplifica mult natura ei feminină, dăruind în același timp iubitului ei o experiență amoroasă minunată, care va rămâne de neuitat. Această mișcare specială de rotație a muschilor sexuali și abdominali ai femeii în timpul unirii amoroase intime, este unanim considerată un secret sexual important atât în învățăturile tantrice, cât și în cele taoiste, fiind privită ca una dintre cele mai eficiente modalități de a ridica, concentra și transforma energia sexuală care este transmutată în cazul jocului amoros cu continență.

Bărbatul poate, de asemenea, să realizeze UDDIYANA BANDHA, chiar în timpul fuziunii amoroase, deoarece aceasta îi va facilita extraordinar de mult transmutarea rapidă și eficientă a potențialului său sexual în energie. În timpul

uniunii sexuale intime, contracția fermă și prelungită a sfincterului urinar al bărbatului creează la rândul său un vacuum intern ce ajută din plin la absorbția secretiilor sale în vederea transmutării, întărind în același timp LINGAM-ul și dăruindu-i femeii cu care el face dragoste o experiență intensă și încântătoare. Întregul proces tainic, care este cunoscut sub numele de VAJROLI MUDRA, are, printre altele, ca efect circulația și schimbul armonios energetic între cei doi iubiți și el reprezintă cheia absorbției reciproce.

Natura ființei este dezvoltată amplu și repede prin intermediul unirii masculine și feminine armonioase, a sexualității realizate cu continență. Învățăturile antice afirmă că, atunci când doi oameni care se iubesc fac dragoste plini de dăruire cu întreaga lor ființă fizică, emoțională și mentală, există un masiv schimb de energie vitală psihică și mentală între ei care îi conduc în scurt timp la o armonizare deplină cu energia evolutivă a naturii. Cuplul perfect continent se pune atunci „în armonie" cu forțele tainice ale naturii. Taoismul afirmă că atunci când YIN (-)-ul și YANG (+)-ul se află în echilibru, omenirea își reia în mod spontan legătura directă cu forțele Pământului și ale Cerului, și chiar întreaga natură este în acest fel hrănită și dezvoltată și, prin această polarizare minunată, întreaga lume prospera.

Aceia care doresc cu adevărat să-și dezvolte în mod armonios natura și să-și prelungească viața, trebuie să mediteze profund la ultimul lor scop și la propria lor origine.

TS'AN-T'UNG-CH'I

Deasupra LINGAM-ului și sub ombilic se află regiunea cunoscută sub numele de UDDIYANA sau „ridicarea". Există un mare secret al retragerii (BANDHA) în sus a acestei regiuni, și se afirmă că ea constituie cea mai eficientă modalitate de a învinge moartea.

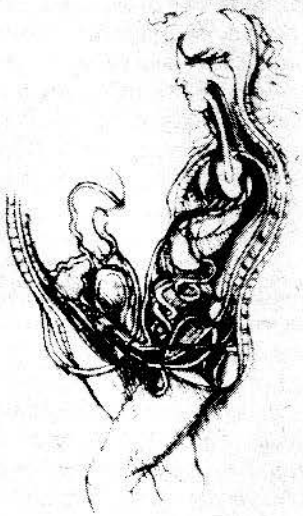
GORAKSASHATAKAM

Intrând în nervul tainic (NADI-ul) median al Centrului Ombilicului, care ajunge acolo din regiunea sexuală, forța vitală uriașă care rezultă atunci se mișcă prin mijlocul celorlalți centri nervoși. Devenind astfel Focul Înțelepciunii, ea se ridică apoi și umple toate canalele nervoase subtile, și astfel topește toate „nodurile" psihice. Prin realizarea cu măiestrie a acestui proces apar cinci semne paranormale la practicantul sau la practicanta acestei forme de YOGA. Ele sunt conștientizarea energiilor tainice „foc", „lună", „soare", „fulger" și „saturn". „Focul" apare ca o radiație tainică galbenă, „luna" ca o radiație tainică alb-argintie, „soarele" ca o radiație tainică roșie, „fulgerul" ca o radiație tainică de culoare roz și „saturn" ca o radiație tainică de culoare albastră. Corpul practicantului sau al practicantei va fi astfel învelit în fiecare din aceste radiații tainice în mod succesiv.

CELE ȘASE DOCTRINE SECRETE ALE LUI NAROPA.

TRANSFORMAREA PRIN CARE SE URMĂREȘTE ATINGEREA ADEVĂRULUI

Un text taoist foarte interesant, ce se referă direct la capitolul anterior, abordează metodele secrete de absorbție reciprocă în vederea transmutării și vizează transformarea energiei sexuale. El sfătuiește atât bărbatul cât și femeia să nu atingă niciodată stadiul exterior al orgasmului pentru ca să nu se producă EJACULAREA, ci îi sfătuiește ca ei să se păstreze la limitele extazului (orgasmul fără ejaculare sau descărcare), amândoi controlând - în același timp - perfect emoțiile și făcând să ascensioneze în mod armonios energia subtilă. Fiind cunoscută sub numele de *"Învățăturile secrete ce urmăresc transformarea în vederea atingerii adevărului"* această practică secretă polarizează și hrănește vitalul, psihicul, mentalul și spiritul și totodată înviorează corpul, aducând beneficii uriașe și egale ambilor iubiți continenți.



Genialul Leonardo da Vinci credea că există anumite legături subtile între sânii și uterul femeii, precum și între LINGAM-ul și coloana vertebrală a bărbatului. Reproducere după un desen de Leonardo da Vinci, din colecția reginei Elisabeta a Angliei.

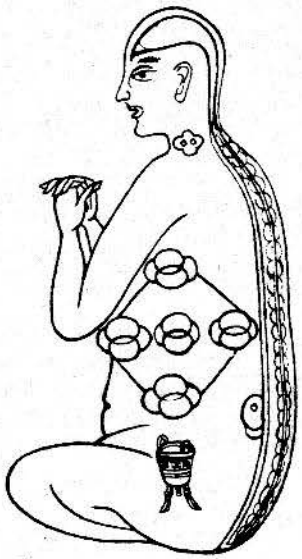
Conform învățăturilor secrete antice, orientale, anumite canale subtile interioare (NADI-uri) sau „conducte" leagă sânii femeii de centrul ei sexual. Aceste canale distribuie energia subtilă vitală; când sânii femeii sunt supți de iubitul ei, sfârcul intră în erecție și atunci vulva ei se contractă în mod plăcut. După cum am mai menționat anterior, taoismul afirmă că sânii femeii vitale și senzuale secretă un medicament subtil tainic care, dacă este îngurgitat, reprezintă o imensă sursă de putere pentru iubitul ei. Aceeași învățătură se găsește și în Tantra, unde unele texte prescriu sugerea cât mai mult timp a sânilor virgini ca o modalitate rapidă și eficientă de reîntinerire. Este demn de menționat aici că faimosul desen anatomic al lui Leonardo da Vinci care exemplifică actul sexual, ilustrează atât canalul descendent de la sâni la uterul femeii, cât și un nerv subtil ce leagă LINGAM-ul de partea inferioară a coloanei. Acest nerv (NADI) secret, dacă este energizat, ajută la trezirea lui KUNDALINI.

Textul taoist al maestrului Teng din dinastia Tang oferă o prezentare detaliată a tehnicii amoroase alchimice realizată cu continență care era cunoscută sub numele *"Transformarea prin care se urmărește atingerea adevărului"*. În

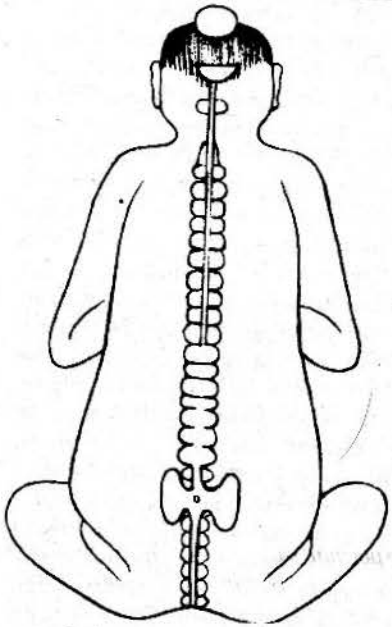
Schița anatomică a corpului care este realizată în conformitate cu tradiția alchimică antică taoistă. Centrul ombilicului este ilustrat aici precum un cazan. Centrul inimii este direct legat de coloana vertebrală, care urcă spre centrul capului. După o gravură din timpul dinastiei Ming.

acest text sunt menționate printre altele canalele subtile ce leagă sânii de uterul femeii. Maestrul spune că acest cuplu perfect continent trebuie să repete mental o formulă dătătoare de putere chiar în timpul actului intim, sugerând că: „Bărbatul și femeia care nu se descarcă deloc când fac dragoste pot practica împreună cu succes arta ce duce la longevitate. Cunoscută ca *Transformarea prin care se urmărește atingerea adevărului*, aceasta este o metodă secretă ce era transmisă doar adepților avansați. Această metodă secretă permite bărbatului cât și femeii să-și activeze simultan esența vieții; bărbatul își înviorează astfel în scurt timp propria lui sămânță vitală, iar femeia își regenerează secrețiile sale. Esența YIN (-) a femeii se activează considerabil, iar esența YANG (+) a bărbatului se fortifică foarte mult. Dacă această tehnică sexuală este practicată corect, atunci fluidul vital sublimat se va împrăștia în mod armonios, precum norii în întregul corp, esențele lor energetice mentale se vor armoniza și după aceea amândoi iubiți vor reîntineri.

Amândoi iubiți, care sunt perfect continenți, trebuie să înceapă prin a medita, detașându-și astfel în mod deliberat mintea de cele lumești. Apoi



Învățăturile secrete alchimice taoiste afirmă că Elixirul Tainic al Vieții este produs în interiorul corpului prin circularea armonioasă a energiei sexuale și prin distilarea ei atentă în centrul inimii (ANAHATA CHAKRA). Această diagramă ilustrează circulația și transformarea energiilor sexuale conform învățăturilor secrete ale taoismului. După o gravură din timpul dinastiei MING



Axul central al corpului constituie o mare cale pe unde energia sexuală sublimata poate sa circule si sa se eleveze. Desen realizat dupa o stampa, dinastia MING.

ei trebuie sa scrâsneasca usor din dinti de sapte ori pentru a produce in acest mod cât mai multa salivă, ei vor repeta atunci mental următoarea formulă dătătoare de putere: „Fie ca Esenta de Aur a Luminii Strălucitoare Albe Originare să dea viată celor cinci Flori Lăuntrice (centrii psihici sau CHAKRA-ele de la MULADHARA până la VISHUDDHA inclusiv) ale mele. Fie ca Supremul Domn al Evolutiei (DUMNEZEU) să-mi armonizeze Sufletul cel mai tainic si să-mi fortifice Mintea. Fie ca toate cele sase energii subtile vitale să fie Una, astfel încât esentele lor să se întoarcă (să fie sublimate în mod armonios) pentru a da putere Centrului Capului (SAHASRARA). Fie ca noi doi să ne unim complet prin dragostea noastra nesfârsită si să ne împletim ca o singură fiintă (ANDROGINUL) în divina armonie. Fie ca fructul dragostei noastre să fie infinit dulce pentru a-l oferi neconditionat Cerului, iar Comoara noastra cea mai tainică (POTENTIALUL SEXUAL) să fie păstrata". Terminând această invocatie, cuplul trebuie să purceadă la uniunea intimă cu continentă.

Atunci, mai ales, barbatul trebuie să se abtină de la a ejacula. Dacă el isi controlează foarte bine mintea si respiratia, sământa sa va fi transmutată în energie si apoi ea va ascensiona sub formă de energie pe coloană până în centrul secret din creier (glanda pituitară). Aceasta este ceea ce se numeste *Reintoarcerea cea tainică la origini.*

Femeia la rândul ei trebuie să-si controleze emotiile în așa fel încât orgasmul ei să nu fie niciodată însotit de vreo descărcare; reusind aceasta ea isi va hrăni în mod eficient Psihicul și Mintea. Ea trebuie totodată să facă forta vitală să coboare din cei doi sâni ai ei pe canalele subtile, către centrul său sexual (YONI CHAKRA), de unde ea trebuie să ridice energia rezultanta pentru a o sublima până în locul secret (FOCARUL TAINIC) din cavitatea craniană. Aceasta este *Transformarea prin care se urmareste atingerea adevărului.* Elixirul tainic ce se formează atunci în corpurile cuplului perfect continent trebuie hranit astfel

timp de o sută de zile (cu alte cuvinte cei doi iubiti vor practica această metoda în cadrul a cel puțin 100 de întâlniri amoroase); abia atunci el va deveni cu adevărat transcendental și îi va face să atingă extazul. Această practică, îndelung folosită de către un cuplu vital, armonios, senzual și perfect continent, conferă Eliberarea Spirituală".

Toate practicile amoroase alchimice cer în afara unei perfecte continente, o mare stabilitate psihică si fiziologică. Alchimia tainică a amorului presupune deja controlul perfect constient al energiilor fizice, vitale și emotionale. Odata obtinută această deplină stabilitate, puterea dragostei infinite este cea care într-adevăr transformă în scurt timp focul pasiunii într-un tainic extaz durabil.

Prin fermitatea mea launtrică de nezdruncinat si prin aspiratia mea intensa de a o transforma integral in energie eu mi-am blocat sământa în mijlocul LINGAM-ului. Astfel, ea rămâne pentru mine mereu fertilă si uriașă, permitân-du-mi să fiu întotdeauna gata pentru a face dragoste chiar si 10 ore în sir. Aceasta reprezintă puterea auto-transcendentei care mă conduce prin iubire nesfârsita la revelarea Sinelui Suprem (ATMAN).

SKANDA PURANA

Calea Bucuriei nesfârsite care ne permite să avem o existentă linistită si fericită depinde în mare măsură de armonia corpului si a sufletului. Cea mai bună solutie în această directie este aceea de a ne păstra mai mereu pe Calea de Mijloc cea Aurită, adică a nu avea nici prea mult, nici prea puțin. Cu ușurintă pot apărea suferinte fizice si boli care sunt datorate vlăguirii sexuale exagerate, dar si mai cumplite vor fi suferintele dacă barbatul se forteaza să ejaculeze. Acei oameni înțelepți care știu cum să-si armonizeze cât mai bine natura lor proprie, nu mai fac niciodată greseala de a ejacula.

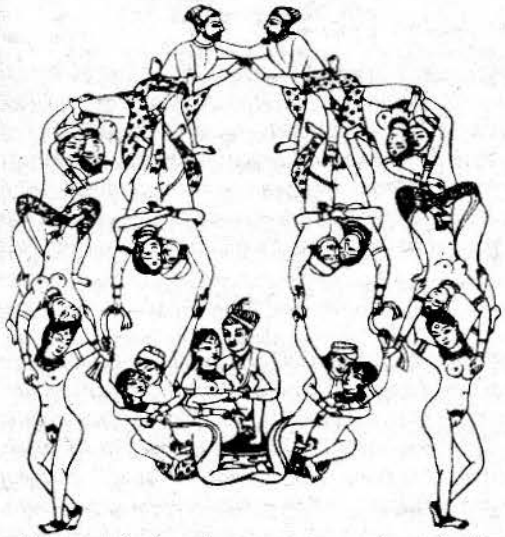
YIN-SHAN-CHENG-YA

Ca între Cer si Pământ, miscarea trebuie să fie cât mai bine echilibrată între elementele masculine si cele feminine. Elementul masculin îl absoarbe pe cel feminin si este astfel polarizat si transformat; elementul feminin îl primeste pe cel masculin si astfel el este la rândul său polarizat și transformat. Elementele masculin si feminin trebuie să opereze suplimentar si aceasta este cu putinta numai în cazul continentei sexuale perfecte. Dacă Tulpina de Jad se simte fermă și puternică, iar Minunata Peșteră se deschide si se largeste, atunci două forte vitale fac un minunat schimb de emisii și energii subtile si polarizându-se reciproc cei doi iubiti vor fi fericiti și din ce în ce mai puternici.

MANUALUL FETEI EXALTATE

DRAGOSTEA RITUALĂ

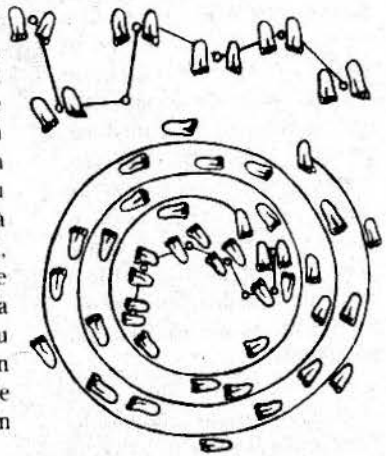
Datorită proceselor ample de rezonanță pe care le declanșează în cei doi iubiți perfect continenți, dragostea rituală ocupă un loc central, atât în tradiția taoistă cât și în cea tantrică. Ritualul, ca modalitate de a declanșa procese de rezonanță cu energii benefice din MACROCOSMOS, implică o înțelegere a ordinii evenimentelor cea mai potrivită împlinirii unui anumit scop. O intenție precisă trebuie înainte de toate să determine realizarea oricărui act amoros ritual. Dragostea rituală, realizată însă cu continenta, transformă datorită transfigurării extraordinare lumescul în spiritual, căci ea conferă actului sexual ritualizat o putere și o semnificație ce se află dincolo de viața însăși. Ritualul poate fi uneori spontan, dar pentru a fi realizat, ritualul spontan cere o stare de conștientă intuitivă și o mare stabilitate emoțională. Mai presus de orice, un act ritual declanșează prin procesele de REZONANȚA care sunt amorsate atunci o energie benefică magică sau chiar transcendentă și în general vorbind el reprezintă o punte între cunoscut și necunoscut. Ritualurile sexuale care sunt realizate numai cu continentă pot deschide fulgerător sufletul către o experiență amoroasă mai profundă care face posibilă atingerea extazului. Dragostea rituală care este realizată NUMAI cu continentă, este unanim considerată, atât în taoism cât și în TANTRA, cea mai directă cale de a atinge Eliberarea Spirituală într-o singură viață.



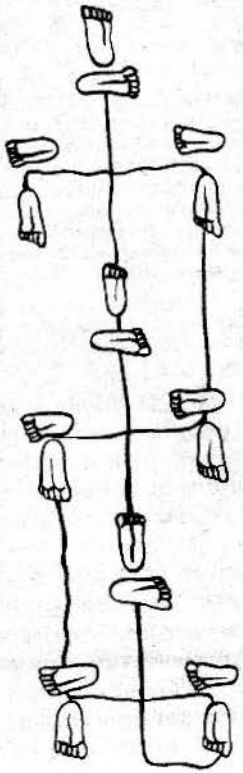
Dragostea rituala realizata numai cu continentă implica combinarea subtilă si armonioasă a cunoscutului si a necunoscutului. Aici cuplul perfect continent este zugravit în uniune nesfârsită tantrică. El este înconjurat de protectori imaginari care sunt incolăciți în jurul lui în mod acrobatic, deoarece se consideră că ei ajută si asigura succesul oricărui ritual amoros. Necunoscutul trebuie să fie cucerit prin puterea imaginației. După o miniatura din Rajasthan, sf. sec. al XVIII lea.

În aproape toate tradițiile religioase antice există descrieri ale riturilor și ritualurilor sexuale. Păgânismul s-a împotrivit cu îndârjire ritualului sexual și recunoașterii puterii și bucuriei inerente actului sexual realizat atunci cu continentă. Folclorul, dansurile și

povestile ascund o multime de învățături stravechi și multe ritualuri amoroase. Creștinismul si islamismul au preluat unele dintre aceste învățături păgâne asupra sexualității și le-au transformat în alegorie. Din fericire, tradiția orientală a ritualului sexual realizat numai cu continenta a supravietuit într-o formă practică până în zilele noastre. În orient, există mulți yoghini care practică procedee sexuale autentice, care sunt totdeauna realizate cu continentă. Acestea s-au transmis prin succesiune directă din aproape în aproape de o mie de ani. Lor le suntem datori pentru o mare parte din această carte.



Urme de picioare ce ilustrează mișcările unui cuplu de îndrăgostiți în dansul ritual. Pământul este reprezentat aici de o spirala ce are trei incolăciri și jumătate (care ne amintește de KUNDALINI, care este incolăcita de trei ori și jumătate în centrul sexual). Cerul este reprezentat de forma constelației Marele Urs. Desen realizat după o diagramă chinezească de la sfârșitul secolului al XIII-lea.



Aproape toate principiile de bază ale dragostei rituale care trebuie să fie realizate numai cu continentă au fost abordate individual în capitolele precedente. Împletirea armonioasă a acestor părți într-un întreg complet și coerent reprezintă efortul principal al tuturor practicanților adevărați ai TANTRA-ei. Însuși cuvântul sanscrit TANTRA este asociat împletirii, urzelii, aceasta fiind o artă care solicită un deosebit simț al sintezei, multă grijă și o constantă atenție. El are de asemenea legătura cu ideea de expansiune. Astfel, ritualul sexual tantric, realizat cu continentă, implică împletirea celor saizeci și patru de arte care sunt descrise în KAMA SUTRA, într-o experiență fără de sfârșit, extatică, expansivă.

Există multe feluri de ritualuri sexuale și am putea

Urme care ilustrează pașii unui dans sexual ritual. Această diagramă are la bază constelația cu șapte stele cunoscută sub numele de Carul Mare. Reproducere după o diagramă chinezească, Tao Tsang, aproximativ 1116.

spune ca nu toate au de-a face cu amorul in sine. Orientul posedă în această direcție anumite ritualuri tradiționale care sunt legate de naștere, copilărie, pubertate, deflorare, căsătorie și act sexual, precum si ritualuri de sezon, religioase, mistice și oraculare; toate acestea au un anumit element care este legat de sexualitate, fie că acesta este camuflat ori manifestat.

Dans sexual mistic al lui SIDDHA JALANDHARI. Multe învățături antice care sunt legate de extaz pun adeseori accentul pe puterea profund armonizatoare care este inerentă în dansul mistic. Aici bărbatul ține un sceptru și un clopot (simboluri ale organelor sexuale masculin si feminin), în timp ce iubita sa ține un craniu și o tobă (simboluri ale înțelepciunii pline de compasiune și a vibrațiilor - care se referă la sunetul primordial). După o pictură tibetană de la sfârșitul secolului al XVII-lea.

În textul taoist care este cunoscut sub numele de "Cartea galbenă a trecerii dincolo", este minunat descris un vechi ritual sexual în care cuplul perfect continent interpretează o dramă de dimensiuni cosmice. Ritualul respectiv a fost dat pentru a ajuta cuplul perfect continent să-și unifice esențele YIN (-) și YANG (+), ajutându-l astfel să cucerească prin atingerea extazului amoros tărâmul atemporal al Nemuririi. În primul rând, cei doi iubiți perfect continenți trebuiau să se retragă în prealabil în singurătate câteva zile pentru a se purifica:

"Apoi, cei doi iubiți perfect continenți vor rămâne față în față, ținându-se de mâini; atunci degetul arătător al bărbatului va fi așezat între cel arătător și mijlociu al femeii. Astfel, în această fază cuplul meditează profund asupra zeilor și zeițelor corpului, asupra spiritelor anotimpului și asupra scopului urmărit prin realizarea ritualului. Apoi cei doi vor medita atent și profund la toate gesturile și pozițiile ritualului.

Maestrul instruiește apoi bărbatul să-și dezbrace perechea și să înceapă împreună un dans mistic care este ușor de realizat. Mai întâi în picioare, apoi așezați și în cele din urmă aplecați; cuplul realizează la unison o serie de mișcări mistice și anumite gesturi, imitând animale, păsări, forțe ale naturii și chiar unele corpuri cerești. Fiecare mișcare a bărbatului trebuie să fie pe cât posibil simultan oglindită cu exactitate de către iubita sa. Dacă el ridică mâna sau piciorul stâng, ea trebuie atunci să înalțe la unison mâna sau piciorul drept. Această se numește

Armonizare cosmică. În mod gradat, mișcările lor se accelerează și acum spontaneitatea este aceea care prevalează. Rostind o rugăciune ce exprimă aspirația lor de a reflecta în propria lor ființă atât Cerul cât și Pământul, cuplul se așează și apoi cei doi iubiți se ating pe cap, inimă și pe regiunea sexuală; în același timp ei își controlează respirația și mențin clară în minte aspirația Armonizării lor Cosmice. Bărbatul așează apoi mâna stângă pe sânul stâng al iubitei lui și îi mângâie corpul, coborându-și apoi mâna de trei ori în același ritm cu iubita lui, el rostește o invocație către Suprema Forță a Stângii (aspectul YIN (-)). Apoi el face la fel pe partea dreaptă, invocând pe Misteriosul Bătrân al Dreptei (aspectul YANG (+)). Apoi el mângâie încet și transfigurator corpul femeii de la centrul gâtului până la centrul sexual, venerând în același timp Suprema Ființă a Oricărei Deveniri (DUMNEZEU). Apoi el trebuie să repete acest lucru dar de data aceasta cu mâna dreaptă.

El trebuie după aceea să atingă de trei ori Peștera de Jad a femeii, punând atunci mâna dreaptă pe a sa Ușă a Vietii (YONI) și apoi va deschide buzele Portii de Aur (YONI). Apoi cu mâna dreapta el trebuie să introducă Flautul de Jad (LINGAM) în a ei poartă (YONI). El trebuie după aceea să atingă crestetul iubitei cu mâna stângă și să mângâie a ei Ușă a Vietii (YONI) cu o mișcare coborâtoare, de la stânga la dreapta, folosindu-se totodată de mâna dreaptă și rostind următoarea formulă dătătoare de putere care îi facilitează realizarea transcendentei: „Apa curge către Est (partea masculină), norii se întorc spre Vest (partea feminină). YIN-ul (-) hrănește și polarizează forțele lui YANG (+). Cât de subtil și transcendent este

Uniunea amoroasă extatică realizată în timpul dansului lui HEVAJRA și NAIRATMA („Indestructibilul" și „Compasiunea cea lipsită de ego"), conform învățăturilor misterioase din HEVAJRA TANTRA. Manifestarea masculină este atunci vizualizată ca fiind închisă la culoare și cu nouă capuri care atunci simbolizează cele nouă sentimente.

Reprezentare după o pictură tibetană din secolul XVIII.

Vizualizarea lui KALACHAKRA în uniunea armonizatoare a aspectelor masculin-feminin ca fiind Stăpânul si Stăpâna Timpului. Manifestarea masculina cu 24 de brațe își îmbrățișează aici în mod extatic contrapartea feminină cu 8 brațe. Asemenea vizualizări complexe facilitează concentrarea tuturor functiilor mentale într-o singură direcție transcendentă.

acest adevăr cosmic! Fie ca Esența Vieții să ni se reveleze! Fie ca vitalitățile noastre să fie armonios unite!" Apoi femeia spune: „Toate creațiile au apărut din YIN (-) și YANG (+). Cerul acopera. Pământul susține. Amintindu-mi aceasta, eu îmi umplu întreaga ființă cu forță binecuvântată!".

Acest vechi ritual sexual are multe elemente care pot fi încorporate în ritualurile amoroase moderne. Înlănțuirea degetelor celor doi iubiți facilitează canalizarea energiilor subtile. Meditația profundă asupra zeităților din corp, asupra spiritelor anotimpului și asupra scopului ritualului ajută toate la direcționarea ascendentă a energiei sexuale pe calea desăvârșirii spirituale. Dansul mistic, care este alcătuit din mișcări și gesturi naturale, care sunt oglindite atât în iubit cât și în iubită, realizate într-un tempo crescendo, ajută foarte mult la armonizarea stării lăuntrice; limitările personale sunt astfel repede depășite prin această „deschidere" plină de bucurie. Este însă important de reținut că de fapt controlul minții și al respirației sunt esențiale în cazul oricărei idei de Armonizare Cosmică.

Atingerea transfiguratoare a corpului ființei iubite în locuri precise cu mâna stângă sau cu mâna dreaptă este o veche tehnică magică de canalizare în etajele superioare ale ființei a energiei sexuale. Invocând ferm anumite arhetipuri precum Suprema Forță a Stângii (Principiul Feminin Originar) ori Misteriosul Bătrân al Dreptei (Patriarhul Ancestral), energia subtilă rezultantă este mai întâi identificată cu sursa originară și apoi este canalizată înapoi către aceasta. În acest text străvechi găsim o exemplificare timpurie a principiului identificării cuplului amoros cu arhetipurile de zeu și de zeiță. Când uniunea sexuală realizată cu continență capătă putere prin rostirea atentă a formulelor care ne pun în rezonanță cu anumite idei-forță și fuziunea este apoi însoțită de mișcări care sunt coordonate constient, limitările personalităților individuale se dizolvă astfel, iar mintea devine libera să exploreze dimensiunile cele mai profunde ale existenței. Formulele care

generează rezonanță cu anumite idei-forță sau MANTRA-ele contribuie mult la buna desfășurare a procedeului sexual. Puterea tainică a cuvântului a fost privită, din timpuri străvechi, ca fiind o sursă de creație în sine. Într-adevăr, în timpul amorului ritual, care este realizat cu continență, orice cuvânt rostit impresionează profund psihicul și capătă o semnificație de durată.

Asemenea înalte ritualuri ale dragostei sunt, de fapt, destul de simple. Aceasta nu ține atunci de învățarea unei dogme, ci mai curând implică înțelegerea modalităților de a utiliza mai mereu, la maxim, majoritatea elementelor de bază ale vieții. Aici contează mai puțin „ce faci" față de „cum anume faci" acel lucru. TANTRA ne învață că dragostea rituală, realizată cu continență, ca de altfel toate actele importante, pe care le asimilăm aici, trebuie să ne ajute să creștem repede în mod natural și să dezvoltăm încrederea în sine și autocunoașterea. Ca o sinteză a uniunii sexuale ritualizate, care mai mereu trebuie să fie pusă în practică, este necesar să nu uităm că intenția ferm și corect formulată și chemarea inimii reprezintă formulele secrete care sunt specifice oricărui ritual tantric elevat.

La chinezi împăratul practica Metoda Secretă cunoscută ca fiind Disciplina cea tainică ce se realizează în Perechi, iar aceasta era făcută mai ales cu fete din familii bune. El selecta atunci pe cele mai frumoase dintre concubinele sale și apoi le punea să realizeze Dansul celor Șaisprezece Dakini. Părul lor era împletit cu această ocazie în cosițe lungi și adeseori el era împodobit atunci cu fir de aur. Ele purtau toate haine lungi, roșii, coroane de fildeș acoperite cu nestemate și țineau anumite vase în mâini. Frații Împăratului erau cu toții împreună cu aceste saisprezece dansatoare, ele fiind atunci câte două pentru fiecare, și în final făceau cu toții dragoste în marea sală ce era cunoscută sub numele de Totul fără obstacol. Împăratul își găsea astfel o mare bucurie în acest joc cosmic.

YUAN SHIN-YEH-TING-CHI

Înalt este muntele coloanei vertebrale, iar în vârful ei se află Fata ce conferă minunate Binecuvântări, sub forma unei fermecătoare păstorițe. Ea este acoperita toată cu pene de păun și are o frumoasă ghirlandă de flori în jurul gâtului ei ca de gazelă. <O, vânător exaltat! O, vânător nebun!> Astfel exclamă fata care se află atunci pe creasta muntelui. <Eu sunt iubita ta cea mai dragă; iar numele meu este Valul Spontan al Binecuvântării!>

Multi copaci sunt pe munte. Păstorița cea fermecătoare se joacă singură în pădure, ea este atunci împodobită cu minunați cercei de fulger și tunet. Patul celor Trei Esențe ale Corpului, Vorbirii și Minții este deja pregătit. Așteptând răbdător Binecuvântarea, vânătorul împrăștie lenjeria de pat. Apoi, vânătorul cel înțelept ca un șarpe împreună cu zeița cea lipsită de egoism își petrec fericiți noaptea de iubire în acest pat.

CÂNTECUL MISTIC AL LUI SIDDHA SARAHA

RITUALUL CEL SECRET

Majoritatea prezentărilor ritualului amoros tantric sunt foarte complexe si tocmai de aceea ele sunt pasibile de confuzii din partea occidentalului care încă nu s-a acomodat cu ritualul oriental. Tocmai din acest motiv, vom oferi aici o versiune care, desi este directă si completă, cu toate acestea ea este mult simplificată.

Este important ca Ritualul cel Secret să nu fie atunci realizat în graba sau întrerupt. Pentru aceasta trebuie să avem timp din abundenta si de asemeni trebuie să fim siguri ca nu vom fi deranjati. În prealabil trebuie să ne asigurăm că mediul ambiant este exact „așa cum trebuie", cu flori, fructe, tămâie și muzică frumoasă. Cel mai bine este ca toate aceste preparative să se facă înainte.

Ideal ar fi ca în timpul Ritualului cel Secret să existe doar o lumânare sau eventual un foc deschis, arzând. Cuplul trebuie să se așeze atunci astfel încât doar o lumină slabă să le cadă pe corp. O lampă cu ulei de ricin, ce se realizează punând niste ulei de ricin într-o cutiută si introducând un fitil făcut din fir de bumbac răsucit, este cea mai potrivită pentru că atunci, ea arde neîntrerupt, împrastiind o lumină strălucitoare, care este usor purpurie.

Ritualul amoros-sexual - sau MAITHUNA SADHANA, după cum este el cunoscut în TANTRA - începe totdeauna cu o baie sau un duș, ce va fi realizat de preferință cu apă rece, de către ambii iubiti. Aceasta vitalizează consi-derabil si tonifică psihicul. Apoi cei doi trebuie să se ungă reciproc cu uleiuri parfumate si să se maseze reciproc în mod senzual. Această actiune trebuie apoi să fie urmată de o scurtă perioadă de practică a unor posturi corporale (ASANA-e) din HATHA YOGA în scopul de a relaxa cât mai bine muschii și pentru a face totodată să circule liber energiile subtile vitale. Dansul serveste exact aceluiasi scop si el poate de asemeni reprezenta o modalitate eficientă de armonizare a stării de spirit si în acelasi timp el face să circule în mod uniform energia amoroasă în cuplu.

Radha si Krishna transfigurați în timpul unui minunat joc amoros. Iubita se așează în dreapta iubitului ei la începutul actului sexual-amoros intim si, pe măsură ce ritualul se desfășoară, ea se mișcă apoi spre stânga. Textele tantrice afirmă că aceasta oglindește în mod analogic ordinea fluxului subtil energetic, în partile dreaptă si stângă ale corpului subtil. Reprezentare după o miniatură, Kulu, aproximativ 1720.

În stadiul imediat următor, cei doi iubiți se așează, de preferat cu picioarele încrucișate în postura lotusului (PADMA-SANA), femeia fiind plasată în dreapta bărbatului. Ei trebuie apoi să practice o meditație simplă, eliminând din minte orice gânduri lumești sau comune și își vor armoniza respirația prin alternarea acesteia pe fiecare nară sau, cu alte cuvinte, vor face Respirația Solară-Lunară. Când amândoi se simt suficient de relaxați și armonizați, atunci ei vor fi gata să înceapă Ritualul Secret propriu-zis. Cântatul, sau chiar acompanierea jocului amoros cu ajutorul muzicii, facilitează armonizarea respirației și a stării de spirit. Este însă important ca acea muzică să fie armonioasă, sublimă, pentru a genera o stare transcendentală.

Un maharajah în uniune extatică tantrică cu iubita sa. Odată așezată în stânga lui, ea devine o adevărată inițiatoare în misterele profunde ale dragostei. După o miniatură Basohli de la începutul secolului al XVII-lea.

Prima parte a Ritualului cel Secret implică venerarea transfiguratoare, atât exterioară cât și interioară a principiului feminin, SHAKTI. Bărbatul realizează atunci veneratia exterioară așezându-și iubita pe o perna în fata lui, acoperindu-i ușor fata cu o esarfă roșie sau violetă, din bumbac, lână sau mătase. Imaginând-o atunci si transfigurând-o ca pe cea mai frumoasă zeită din întregul univers, el trebuie să mentalizeze atunci că ea are toate calitățile pe care el le intuiește ca deja existând în ființa ei și apoi trebuie să-i maseze ușor picioarele cu ulei natural parfumat. Acest masaj erotic trebuie atunci să se concentreze în special asupra regiunii din jurul degetelor ei mari de la picioare. Murmurând ușor o MANTRA, pe care el o consideră atunci ca fiind cea mai adecvată, bărbatul trebuie să confere acestui moment o uriașă putere și transfigurare.

Cuplul trebuie apoi să realizeze veneratia interioară frenetică prin readucerea în minte a telului ritualului, care în esență este unificarea totală cu originea. Evocând după aceea puterea gigantică a lui KUNDALINI, ca fiind plenar trezită în fiecare dintre ei, cei doi trebuie în continuare să vizualizeze un val de energie subtilă în spirală, de culoarea aurului topit, desfășurându-se de la baza coloanei vertebrale pentru a ascensiona. Puterile binefăcătoare ale iubirii și ale imaginației trebuie să fie atunci folosite din plin pentru a dinamiza astfel cât mai

În riturile amoroase-sexuale tantrice, atunci când femeia se mișcă către partea stângă a barbatului, ea capată chiar prin aceasta un rol activ. Aici, cei doi sunt zugrăviți ca fiind zeu și zeiță. Barbatul ține aici în mâini un sceptru, simbol al LINGAM-ului, în timp ce consoarta lui ține în mâini un clopot ritual, simbol al lui YONI. După o pictură nepaleză de la sfârșitul secolului al XV-lea.

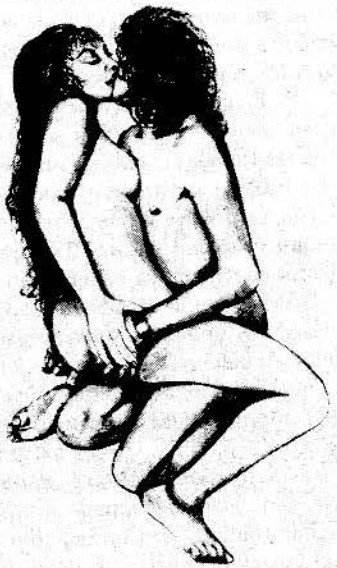
mult pe KUNDALINI. Concepută ca o ființă extatică primordială, KUNDALINI trebuie atunci sa fie înzestrată pentru fiecare dintre ei cu o mare energie emoțională. De acum înainte, în transfiguratorul ritual, iubiții aproape că trebuie sa-și uite identitățile personale, umane, și să urmărească să actioneze doar ca SHIVA și SHAKTI, Cuplul Divin Suprem.

Începând cu partea ei dreaptă, bărbatul trebuie atunci să-și miște în mod tandru și senzual mâinile în sus pe corpul femeii, atingând-o usor si incitant numai cu vârfurile degetelor, în această ordine: degetul mare de la piciorul drept, laba piciorului drept, genunchiul drept, coapsa dreaptă, YONI (sexul), fesa dreaptă, buric, mijlocul pieptului, sânul drept, umărul drept, partea dreaptă a gâtului, obrazul drept, buza de jos, ochiul drept și crestetul capului. Apoi el trebuie să coboare actionând tot la fel la ochiul ei stâng, buza de sus, obrazul stâng, partea stângă a gâtului, sânul stâng, mijlocul pieptului, ombilic, fesa stângă, YONI, coapsa stângă, genunchiul stâng, laba piciorului stâng și degetul mare de la piciorul stâng. Această ordine este intim legată direct de ciclul lunar al pasiunii la femeie. Vibrând usor și senzual mâinile atunci când atinge aceste zone erogene, bărbatul

Cuplu în jocul amoros realizat cu continență. Femeia este aici întinsă pe spate, tăcând cu degetele un gest cu totul special care facilitează circulația energiei, pentru aceasta ea având degetul mare și arătătorul unite. Orice stare de grabă trebuie să fie absentă din amorul ritual. Reprezentare după o miniatură Rajasthan din secolul al VIII-lea.

trebuie atunci să vizualizeze intens energia benefică subtilă, ieșindu-i prin vârfurile degetelor și excitând-o astfel în mod îmbătător pe iubita lui.

Ea trebuie atunci să se vizualizeze cu putere pentru ca să se autotransfigureze ca fiind Zeita Vie, și trebuie să ajungă să se simtă un sublim receptacul al dragostei, care este Minunatul Creuzet al lui. Concentrându-se după aceea să simtă dinamizarea în crescendo a energiei sexuale, ea trebuie să-și stimuleze atunci intens sexualitatea, atât prin respiratie adâncă cât și prin balansarea senzuală a corpului înainte și înapoi. Simțind pe KUNDALINI vibrând cu putere în interior, femeia trebuie totodată să-și dezvolte în întreaga ei ființă un pregnant simț al detașării și al neconditionării.



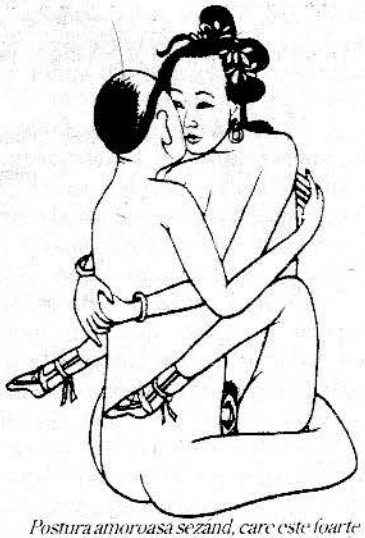
Postură amoroasă șezând, care ajută la prelungirea actului amoros cu continență, facilitând de asemenea ascensiunea energiilor sexuale. După o fotografie contemporană.

Bărbatul trebuie atunci să contemple în prealabil flacara unei lumânări sau eventual a unei lămpi și, apoi, el trebuie să-și întoarcă încântat privirile către corpul plenar transfigurat al iubitei sale. El trebuie atunci să aplice ulei natural parfumat, (de preferat mosc, paciuli sau lemn de santal) pe zona ei pubiană rasă, pe ombilic, pe regiunea inimii, pe gât, pe frunte și in crestet, în timp ce rostește mental următoarea afirmatie: „Femeia este focul. Energia sexuală subtilă este combustibilul; YONI-ul ei este flacăra; zona ei pubiană este fumul; penetratia lentă a YONI-ului ei este ofranda; sentimentele coplesitoare de plăcere sunt scânteile. În acest fel, zeii își consacră sămânța. Toate ființele se nasc din aceste ofrande".

Bărbatul trebuie să aplice în plus ulei natural parfumat pe părul ei, după urechi și pe palme, în același timp controlându-și mintea prin emisia diferitelor MANTRA-e ale anumitor Mari Puteri Cosmice care consideră că îl ajută și eventual chiar prin meditație. Pentru acest ritual este eventual potrivită mai ales MANTRA „AUM", ce reprezintă atunci pentru el „Murmurele Tainice ale Iubirii". El trebuie apoi să-și venereze și să-și transfigureze iubita, punându-i eventual flori în păr sau o ghirlandă în jurul gâtului. El o poate farda pe iubita sa sau poate face orice stie el că ar exalta-o si ar stimula-o în rolul ei extraordinar de Zeită Vie. În tot acest timp, cel mai important lucru este ca barbatul să rămână cât mai

ferm si controlat in senzatiile sale erotice având aproape neintrerupt constiinta focalizată asupra intentiei pur spirituale a ritualului pe care il realizează.

Femeia se mișcă acum ușor către partea stângă a iubitului ei si după aceea incepe să-l atingă în mod excitant cu mâinile si cu buzele, pe intregul corp. Făcând aceasta, ea trebuie atunci să se gândească la iubitul ei ca fiind însusi SHIVA, Supremul Yoghin; ea trebuie să venereze în special LINGAM-ul său în erectie ca fiind SHIVA LINGAM-ul, ungându-l după aceea în mod tandru cu ulei natural. Odată ce femeia se află deja în stânga bărbatului, ea capătă astfel automat rolul de initiatoare sexuală.



Postura amoroasa sezând, care este foarte potrivita pentru dragostea rituală. Acest tip de postură taoistă poate fi folosit de cei care practica foarte bine continenta pentru a genera valuri de extaz prin balansarea ritmică înainte si înapoi. După o pictură chinezească din timpul dinastiei Ming.

Ea trebuie atunci să realizeze adoratia transfiguratoare, amoroasa, aprinzând chiar niste tămâie si miscând-o circular (tămâia) sau ondulând-o atât în jurul corpului ei cât si în jurul corpului iubitului ei în sensul de rotatie a acelor de ceas. Făcând aceasta, ea trebuie atunci să-si imagineze cu putere că realizează eliminarea tuturor influentelor negative si că în acele momente paradisiace ea si iubitul ei sunt complet izolati de restul existentei.

Cuplul poate începe acum actul amoros cu continentă, într-o pozitie adecvată sezând sau culcat. Pozitiile amoroase sezând sunt în general mai eficiente pentru un contact intim de lungă durată, în care se urmăreste continenta si pot fi mult mai usor abordate prin folosirea cu îndemânare a pernelor. Toate textele orientale sunt unanime în a afirma că ritualurile amoroase-sexuale trebuie să înceapă cu femeia sezând la dreapta bărbatului si miscându-se către stânga lui în vederea împlinirii amoroase-sexuale. Partea dreaptă este prin urmare conexă cu respiratia solară, cu procesele gândirii logice, cu neamul strămosilor, ș.a.m.d., în timp ce partea stângă este legată de respiratia lunară, de intuitie și de obârsia mistică a învățăturilor si a initiatorilor. Când o femeie hindusă se mărită, ea se așează la dreapta soțului ei, iar în riturile amoroase-sexuale ea se mișcă spre stânga lui.

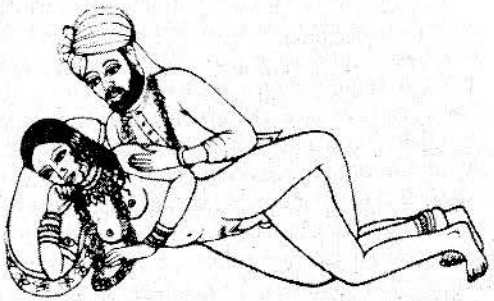
Actul amoros transfigurator trebuie să se desfășoare cu blândete, senzualitate si permanent el trebuie să se bazeze pe reciprocitate. Cu LINGAM-ul introdus adânc în YONI, cuplul trebuie să exploreze cu mult curaj si daruire piscurile

si văile dragostei. Alternând la momentul potrivit miscarea cu nemiscarea, cuplul tantric armonios trebuie să se străduiască să anticipeze apropierea orgasmului fără ejaculare (descărcare) în celălalt, coordonându-si cu măiestrie mișcările, în așa fel încât fiecare să ajungă să elibereze, prin transmutatie, valuri de energie minunată ce le îmbogățesc reciproc întreaga ființă. Cu cât ei pot menține mai mult timp o intensă excitatie sexuală fără descărcare, cu atât experienta amoroasă va fi mai transcendentă.

Posturile amoroase pot fi variate la nesfârsit, mai ales pentru cei care practică foarte bine continenta, pentru a crea noi forme de curgere a energiei subtile sexuale. Schimbarea la momentul oportun a posturii ușurează considerabil retentia si conferă ritualului amoros un minunat potential nou. Ideal ar fi ca cei doi să discute în prealabil și să pună la punct o ordine de bază a posturilor amoroase ce urmează să fie abordate, sau chiar să stabilească o strategie a actului lor amoros, aceasta ajutând astfel la evitarea neînțelegerilor fizice și la elevarea actului amoros-sexual până la cea mai înaltă formă a sa. Cu toate acestea, în anumite situatii, spontaneitatea trebuie în cele din urmă să înlocuiască orice ordine predeterminată a posturilor. Odată ce mecanismul de bază este foarte bine integrat în constiinta cuplului, cei doi trebuie atunci să se inspire din resursele lor lăuntrice pentru a adăuga ritualului profunzime si o dimensiune cosmică, transcendentă.

Stimulând fără nici un fel de restrictii sau prejudecăti pasiunile pentru a elibera astfel valuri de extaz, fiecare dintre cei doi iubiți trebuie să asimileze și să dezvolte plenar natura celuilalt, în timp ce explorează natura transcendentă a iubirii. Vizualizând de multe ori ridicarea energiei sexuale subtile prin Corpurile lor Tainice, acum reunite, atât bărbatul cât si femeia trebuie atunci să dea cât mai mult si să primească reciproc, făcând astfel să circule în mod minunat vitalitatea prin toată ființa lor.

Deschizându-și astfel ochiul mintii prin puterea colosală a lui KUNDALINI, cuplul tantric armonios trebuie să se străduiască să experimenteze initierea mistică ce provine din tărâmurile Nemuritorilor. Textele secrete tantrice afirmă că nimic nu este imposibil pentru cel



Este important să facem să circule în mod constient energia sexuală, iar pentru aceasta contactul dintre LINGAM si YONI trebuie să fie menținut permanent. Prin intermediul posturilor amoroase adecvate, retentia potentialului sexual este mai usor de realizat, permițând cuplului perfect continent să atingă culmile extazului.

Idealizare a cuplului tantric în uniune amoroasă sexuală transfiguratoare. Două dintre mâinile bărbatului țin o sabie (simbol al înțelepciunii) și o carte (simbol al cunoașterii). Celelalte două mâini ale sale țin sceptrul și clopotul, indicând faptul că LINGAM-ul și YONI-ul sunt în extatică uniune nesfârșită. După o pictură nepaleză din secolul al XVIII-lea.

care practică amorul tantric cu dăruire, continență și abnegație.

Un ritual amoros realizat numai cu continență poate fi de asemeni practicat având în minte un scop specific, cum ar fi însănătoșirea fizică, rezolvarea unei probleme sociale sau pentru a savura din ce în ce mai mult gustul Eliberării. Dacă există un obiectiv specific, el trebuie atunci să fie mentalizat ferm de către ambii iubiți, mai ales la apropierea orgasmului fără ejaculare (descărcare). Controlul perfect al sexualității apare odată cu familiarizarea celor doi iubiți cu diferitele tehnici secrete de retenție și absorbție reciprocă si, de asemenea, odată cu explorarea intuitivă.

Într-un ritual amoros trebuie întotdeauna să fie la îndemână câteva fructe proaspete, dulciuri pe bază de miere și ceva bun de băut (sucuri naturale de fructe sau de preferință apă curată). Gustarea atentă și transfiguratoare a mâncării în timpul actului amoros are o semnificație simbolică și stimulează considerabil simțul gustului și vitalitatea corpului. Pasiunea mărește adeseori setea si este destul de firească dorința de a o potoli. Toate cele cinci simțuri intră armonios în acțiune în timpul activității erotice în desfășurare, iar evocarea constientă a energiei simțurilor potentează întreaga experiență amoroasă.

Când bărbatul este totuși pe cale de a ejacula, el trebuie să facă un efort uriaș pentru ca să-și ridice energia, rezultată prin transmutație biologică, urmărindu-i atent fluxul ascendent cu ochiul minții. Există o tradiție secretă a alegerii momentelor favorabile dintr-o lună când este cel mai bine să fie practicate ritualurile amoroase-sexuale. A cincea sau eventual a opta zi după încetarea completă a menstruației femeii sunt considerate cele mai eficiente momente, ca și perioada cu două zile înainte de lună plină și de asemeni nopțile de solstițiu. Perioada dintre miezul nopții si ora două noaptea este de asemenea foarte favorabilă atât pentru meditație, cât si pentru realizarea cu succes a unui ritual

amoros-sexual. Adeseori se poate indica faptul că anumite părți ale ritualului amoros realizat cu continență să fie folosite în orice act amoros transfigurator. În principiu, atitudinea mentală de exaltare este atunci cea mai importantă, ca, de altfel, și trezirea simțului expectativei.

Odată ce a existat un orgasm împărtășit fără ejaculare sau o stare de extaz amoros prelungită, urmăriți apoi să vă deschideți prin iubire transfiguratoare către noi dimensiuni subtile, elevate, divine. Atunci când sunteți angrenați ferm în uniune amoroasă intimă, lăsați ca imaginația voastră creatoare să fie din plin hrănită de intuiție și veți vedea cum, datorită proceselor tainice de REZONANȚĂ care se declanșează fulgerător atunci, multe secrete vi se vor descoperi de la sine. Amorul transfigurator realizat cu continență este o poartă nebănuită către extazul transcendent. Poarta amorului tantric este mereu deschisă celor ce consacră lui DUMNEZEU sau uneia dintre Marile Puteri Cosmice cele mai înalte calități și intenții ale lor.

La începutul ritualului amoros, transfigurator, femeia trebuie să rămână într-o poziție șezând, cât mai confortabilă. Picioarele ei trebuie să fie în prealabil spălate și parfumate cu grijă; apoi la ea trebuie să fie unse diferite părți ale corpului cu pastă naturală de santal. În continuare ei îi vor fi consacrate flori și lumină, împreună cu tămâie și muzică. Apoi femeia transfigurata trebuie să se așeze în partea stângă a bărbatului, și după aceea ea trebuie să fie sarutată și mângâiata cu pasiune pentru a-i stimula sufletul și mintea.

NAYIKA-SADHANA-TANTRA

Într-un loc cât mai plăcut, departe de ceea ce ne distrage și de alte tracasări, acționând cu atenție, în secret, el trebuie să meargă pentru a face dragoste cu femeia cea plină de dorință. „Eu sunt SHIVA, Cel Desăvârșit, Cel Nemiscat; ea este Minunata Inițiatoare a Înțelepciunii". Astfel, cel Înțelept trebuie să mediteze cu mintea fixată și fermă. Apoi, bărbatul și femeia trebuie să mediteze profund asupra formelor lor divine respective, pentru a se transfigura cât mai bine unul pe celălalt. Ei trebuie după aceea să realizeze unirea nesfârșită a Lotusului cu Sceptrul, cu răbdare și procedând așa cum trebuie. Aceasta este, cu adevărat, o mare fericire. Cu adevărat, aici să știți că se află CHANDRAMAHAROSANA, Marele Elixir Tainic al Lunii.

CHANDRAMAHAROSANA TANTRA

Floarea de Lotus, organul sexual excitat al femeii, reprezintă un ocean paradisiac plin de binecuvântare. Această minunată floare de lotus este de asemenea un loc diafan, unde se poate înălța cu ușurință Gândul Iluminării. Când este intim și nesfârșit unită cu Sceptrul, organul masculin (LINGAM), combinarea lor este comparată cu Elixirul fermecător care este produs de amestecul mirului cu nucșoara. Din unirea lor apare cunoașterea ultimă care explică natura tuturor lucrurilor.

KALACHAKRA TANTRA

Nik Douglas & Penny Slinger

PROCEDEUL AMOROS SECRET AL CELOR CINCI ESENȚE

Un procedeu sexual amoros tantric poate fi binecunoscut, dar cu toate acestea el poate fi de multe ori prost înțeles. Ritualul sexual secret al celor cinci M sau Al celor cinci esente este adeseori menționat ca fiind Euharistia tantrică. Numele sanscrit al fiecăruia dintre cele cinci componente principale începe cu litera „M": boabe de cereale (MUDRA), alge marine sau apă de mare (MATSYA), hidromel (MADHYA), ciuperci (MAMSA) și unirea sexuala (MAITHUNA). Se crede ca prin intermediul acestor substante noi intrăm rapid în stare de REZONANȚĂ cu componentele esentiale ale universului fenomenal, rămânând apoi în legătură simbolică cu cele cinci elemente, respectiv: pământul, apa, focul, aerul și eterul. Boabele de cereale, algele marine sau apa de mare și ciupercile luate împreună evocă în ființa celor doi iubiți domeniile vegetal, acvatic și animal ale existenței, ce sunt astfel invocate ca „aliați" în timpul procedeului amoros secret. Hidromelul și unirea sexuală amoroasă împreună elevează gradat simțurile și totodată favorizează eliberarea spirituală.

ETER	Unirea intimă euforică	MAITHUNA
AER	Hidromel	MADHYA
FOC	Ciuperci	MAMSA
APA	Apă de mare sau Alge marine	MATSYA
PAMANT	Cereale coapte	MUDRA

Mici cantități de boabe de cereale crude și de ciuperci care vor fi consumate tot crude trebuie în prealabil să fie aranjate frumos pe o farfurie, împreună cu niște alge marine sau apă de mare. Hidromelul se obține cu usurință prin

Diagramă simbolică a Ritualului celor Cinci Esențe. În centru se află zeița transcendentă, idealizarea lui Shakti. Cele cinci petale ce formează un lotus simbolizează uniunea profund transfiguratoare sexuală (MAITHUNA), mâncatul ciupercilor (MAMSA), bautul hidromelului (MADYA), mâncatul algelor marine (MATSYA) și un bărbat ce face gestul prin care el își controlează perfect vitalitatea (MUDRA). Reprezentare după o pictură din Rajasthan, din secolul XIX.

Desen tantric care o reprezintă pe zeița KUNDALINI. La picioarele ei se află ofrandele care sunt alcătuite din mâncare și băutură. Reprezentare după o miniatură realizată în stilul din Rajasthan, din secolul al VIII-lea.

fermentarea ușoară a mierii în apă, care trebuie în prealabil să fie ținută 3-4 zile la căldură.

În mod obișnuit, ritualul secret (MAITHUNA) are loc la miezul nopții, în timpul perioadei de creștere a Lunii. Este esențial ca atunci să existe un foc deschis și, în acest sens, este bine să se știe că lumina unei lumânări creează o atmosferă adecvată, ca de altfel, și aranjamentul cât mai viu colorat al ambiantei. Lumina roșie intensă sau nuanțele de roșu sunt foarte eficiente în stimularea centrului sexual masculin, iar violetul este foarte important pentru stimularea centrului sexual feminin. Orice ritual sexual realizat cu continență și transfigurare devine elevat atunci când el este realizat într-o ambianță naturală; dacă atunci există un foc deschis, mâncarea sacrificială trebuie să fie așezată în flăcări, cu intenția fermă de a îi hrăni astfel pe zei. Luând apoi câte puțin din fiecare aliment, acea bucățica trebuie să fie consacrată focului în timp ce simultan se intonează mental MANTRA „SWAHA". Această ofrandă rituală ajută considerabil la eliberarea minții de lăcomie, egoism și atașamente.

Participanții se pregătesc atunci în același mod ca și pentru Ritualul amoros secret, care a fost descris anterior. Este bine ca atunci să se ardă tămâie cu miros dulce, și dacă este posibil, este foarte bine să existe o muzică armonioasă, sublimă și totodată senzuală. Recomandăm în special pentru aceasta muzica naturală ritmică; am descoperit că în această direcție cele mai potrivite sunete sunt sitarul indian, tabla, RUDRA-VINA sau alte sunete asemănătoare celor care sunt produse de aceste instrumente. Frecvența fundamentală a acestei muzici sacre hinduse se află între șapte și opt cicluri pe secundă. Aceasta este în general identică cu frecvența predominantă de rezonanță a globului pământesc, cu frecvența de rezonanță a lui KUNDALINI atunci când este activată și cu undele care sunt

Desen tantric ce ilustrează ascensiunea energiei sexuale sublimate prin Centrii Subtili de Forță (CHAKRA-e). Yoghinul este zugrăvit aici ca un SHIVA cu cinci capete așezat în postura lotusului, ținând pe genunchi pe Ganesha cel cu cap de elefant (simbol al sexualității). Mâinile sale realizează aici gesturile mistice ale controlului perfect; deasupra, o zeiță acoperă ochii yoghinului pentru a indica faptul că are loc o extraordinară transformare interioară. După o miniatură Kangra de la începutul secolului al XVIII-lea.

emise de creierul uman aflat în meditație yoghină profundă. În extazul amoros tantric, s-a constatat că întregul corp vibrează la această frecvență.

Cuplul se află jos, cu femeia în partea stângă. După o pregătire inițială, mâncarea și băutura trebuie să fie încărcate subtil prin încercuirea lor de trei ori cu tămâie arzând; apoi, după ce o parte din hrană a fost în prealabil consacrată focului, cei doi iubiți împart între ei ceea ce mai rămâne. Textele tantrice avertizează insistent împotriva transformării acestui ritual profund transfigurator sacru într-un pretext pentru chef și orgie; el trebuie totdeauna să fie respectat pentru ceea ce este, o posibilitate unică de identificare și fuziune cu diferitele elemente și forme de viață ce iau implicit parte la sacramentele acestui ritual și declanșează în ființa celor doi iubiți procese inefabile de REZONANȚĂ cu anumite energii tainice din MACROCOSMOS.

Mai întâi se bea hidromelul, nu pentru betie, ci pentru plăcerea rafinată pe care o procură și pentru stimularea corpului și a minții. Meditați în prealabil profund asupra hidromelului ca fiind un adevărat Elixir Tainic, o Ambrozie a Zeilor, un simbol al focului primordial din care a apărut întreaga viață și la care, în ultimă instanță, se reduce întreaga existență. Fiecare poate atunci să-i dea să bea celuilalt, trecând băutura de la gură la gură.

Apoi, în timp ce meditează profund asupra lumii animale, participanții consumă ciupercile crude ca pe un simbol al elementului foc. După aceasta urmează algele marine sau apa de mare, simbol al elementului apă și care este

totodată un evocator al tărâmului acvatic al vieții. Apoi sunt împărțite boabele sau fructele de cereale crude (GRÂU), cuplul amintindu-și în același timp că corpurile noastre sunt profund dependente de tărâmul vegetal și de elementul pământ. După această recunoaștere rituală a elementelor, cuplul profund transfigurat trebuie să facă dragoste cu pasiune fără a se descărca (ejacula) deloc.

Amorul simbolizează elementul eter (AKASHA TATTVA) care este atotpătrunzător și de nedefinit. Eterul este inerent în toate celelalte elemente. TANTRA-ele egalează elementul eter cu extaticul sentiment binecuvântat al amorului, afirmând că: „eterul atinge toate celelalte elemente". Practic, aceasta înseamnă că amorul transfigurator realizat cu continență trebuie să fie proslăvit ca o experiență înălțătoare atotpătrunzătoare și niciodată el nu trebuie să fie coborât la un nivel „lumesc". HEVAJRA TANTRA afirmă: „Pasiunea care ne subjugă înlănțuie această lume, însă tot pasiunea care este perfect controlată este cea care eliberează. Când pasiunea nesfârșită și elevată curge prin sânge, ea aduce cu sine natura tainică a Binecuvântării, care în cele din urmă trece în elementul eter (AKASHA TATTVA). Lumea este atunci pătrunsă de o mare binecuvântare, care îmbrățișează și este îmbrățișată."

Ritualul celor Cinci Esențe este considerat ca fiind cel mai eficient atunci când el este realizat ca un act profund transfigurator sacru, legând participarea fiecărei componente de un scop mai înalt. Astfel, boabele crude de cereale (GRÂU) (MUDRA) simbolizează elementul pământ și detașarea de lumesc, algele marine sau apa de mare (MATSYA) simbolizează elementul apă și controlul respirației, ciupercile crude (MAMSA) simbolizează elementul foc și purificarea simțurilor și a minții care este legată de secreția interioară a nectarului (SOMA, care la nivel fizic sunt de fapt hormonii glandei pineale), hidromelul (MADHYA) simbolizează elementul aer și controlul sunetului (atât a celui vorbit cât și a sunetului subtil MANTRA-ic), iar unirea intimă amoroasă (MAITHUNA) simbolizează elementul eter și folosirea corectă a energiei sexuale.

CELE CINCI ACȚIUNI TRANSFIGURATOARE SACRE

SACRAMENT	ELEMENT	ACȚIUNE YOGHINĂ
Unirea amoroasă intimă, euforică, fără de sfârșit cu femeia iubită	Eter (AKASHA TATTVA)	Controlul energiei sexuale
Hidromel	Aer (VAYU TATTVA)	Controlul sunetului
Ciuperci crude	Foc (AGNI TATTVA)	Purificarea simțurilor
Apă de mare sau Alge marine	Apa (APAS TATTVA)	Controlul respirației
Cereale crude (GRÂU)	Pământ (PRITHIVI TATTVA)	Detașarea de lumesc

Dragostea rituală transfiguratoare, cu continentă implică satisfacerea plenară a tuturor plăcerilor senzuale având totodată credința de nezdruncinat că eliberarea survine în mod natural atunci când dorințele fizice sunt plenar satisfăcute. Reprezentare după o miniatură din Jodhpur, de la începutul secolului al XIX-lea.

În timpul realizării acestui ritual, KUNDALINI SHAKTI trebuie vizualizată ca un puternic flux ascendent de energie pură, având o traiectorie ondulată precum aceea a unui șarpe, sau ca o femeie senzuală, de o minunată culoare roșie, care reprezintă încarnarea erotismului. KUNDALINI se ridică atunci pentru a se fixa cât mai mult timp în SAHASRARA, spre a lua parte la sărbătoarea tantrică, și în prealabil ea trece prin centrii psihici (CHAKRA-e) și îi energizează prin intermediul energiei sale primordiale. Atingând centrul capului (SAHASRARA), KUNDALINI SHAKTI gustă nectarul divin al binecuvântării. Fiind satisfăcută, ea conferă în final cuplului energia înțelepciunii sale infinite și totodată asigură protecție psihică.

MAHANIRVANA TANTRA afirmă: „Algele marine, ciupercile crude, boabele de cereale crude, rădăcinile crude, fructele crude și în general orice lucru potrivit care este consacrat ritual sferelor superioare divine împreună cu hidromelul, sunt toate cunoscute ca fiind componente ale cultului. Fiecare trebuie să ridice atunci cupa și să mediteze asupra lui KUNDALINI. Ea este pură energie care ascensionează atunci de la centrul sexual până la vârful limbii, inclusiv. Când KUNDALINI este plenar trezită, ea se ridică și atinge centrul capului (SAHASRARA). Binecuvântarea divină apare atunci când KUNDALINI întâlnește LUMEA DEPLINEI CONȘTIINȚE."

Ritualul Secret al Celor Cinci Esențe este cel mai eficient atunci când el este realizat „eroic", fără teamă, deoarece atunci emoțiile direcționează fluxul lui KUNDALINI. KUNDALINI YOGA reprezintă un spiritualism energic, ce nu permite slăbiciunii umane să obțină controlul. În mod tradițional, acest ritual este totodată

Un nobil care realizează Ritualul Secret al Celor Cinci Esențe. Iubita sa îi oferă aici o cupă cu hidromel. După o pictură Kangra din secolul al XVIII-lea.

realizat ca un act de confruntare cu propriile temeri lăuntrice, și de aceea el este adeseori privit ca fiind un mijloc rapid de a le transcende. Realizat cu forță, transfigurare și atenție, Ritualul Secret al Celor Cinci Esențe restabilește în mod plăcut și natural legătura cu sursele energetice ale evoluției, ce pot fi ulterior folosite în scopul perfecționării, atât a minții cât și a corpului.

Amorul ritual, transfigurator și nesfârșit trebuie să fie frenetic și complet lipsit de orice inhibiție sau restricție. După o fotografie contemporană.

TANTRA-ele învață că energia cosmică KUNDALINI urcă și coboară pe coloana ambilor iubiți în timpul uniunii extatice realizate cu continența. KUNDALINI, care este adeseori considerată unduirea încântării pure, poate fi controlată prin intermediul respirației, a emisiei mentale a MANTRA-elor și de asemeni prin intermediul vizualizării energiei sale. KUNDALINI determină în mod natural în corpurile celor doi iubiți continenți unde cerebrale favorabile meditației și transelor profunde; aceasta produce totodată în corp armonioase schimbări biochimice și face să apară secreții glandulare, ce contribuie din plin la accelerarea evoluției spirituale a cuplului. În același timp, KUNDALINI poate fi privită ca fiind un ecou a pulsației energetice primordiale, ce emană dintr-o sferă nesfârșită de putere a MACROCOSMOSULUI, și se consideră că ea are legătură cu energia tainică a pământului, a plantelor, a sorilor și a stelelor, până la nucleul atomului. În timpul orgasmului prelungit fără ejaculare (descărcare) KUNDALINI rezonează spontan și se armonizează cu impulsul creator originar (Logosul Universului). Această rezonanță tainică și profundă este cea care deschide în mod beatific cuplul către marea experiență extatică din Tantra, către trăirea coplestitoare mistică a unității cosmice.

Postură amoroasă rituală taoistă. Pozițiile amoroase șezând permit în cazul cuplului perfect continent realizarea extazului amoros de lungă durată. Reproducere după o pictură chinezească de la sfârșitul perioadei Yuan (1280-1367).

Noi mâncam transfigurati ciuperci si bem hidromel. Adevaratii tantrici sunt atunci împreuna, fiindca frica îi tine departe pe impostori. Noi asimilam cu o mare bucurie împatritele preparate, si folosim mosc si camfor; noi mâncam cu pofta ierburi crude si anumite soiuri crude de ciuperci (care declanseaza trezirea anumitor perceptii paranormale). Apoi, unind Sceptrul (LINGAM-ul) si Lotusul (YONI), punem astfel stapânire pe întreaga existenta. HEVAJRA TANTRA

Eu urmez plin de o mare încântare ritul amoros secret în care exista placerea boabelor de grâu crude, a algelor marine, a ciupercilor crude, a hidromelului si a femeii iubite. În Zeita eu îmi caut astfel plin de dragoste refugiul. Sunt totodata devotat sirului de GURU-si. Atunci gratie transfigurarii perfecte, eu sunt SHIVA, Cel Teribil si cel Transcendent, iar iubita mea este SHAKTI, Cea Senzuala, Eliberatoarea.

RUDRA YAMALA TANTRA

El trebuie sa mânânce transfigurat boabe de grâu crude, alge marine si ciuperci crude , sa bea hidromel si atunci el trebuie sa împarta aceasta bautura alcoolica cu mintea concentrata. Când atât femeia iubita cât si el însusi sunt plenar satisfacuti, yoghinul si yoghina trebuie sa faca dragoste cu pasiune. Transformând si transmutând cele cinci substante în tainice Elixiruri, ei trebuie sa atinga marele Dincolo care le confera extazul. Aceasta practica secreta datatoare de mare putere este fara îndoiala cea mai placuta si spirituala; ea confera prin repetare extazul si Eliberarea spirituala într-un timp foarte scurt.

CHANDRAMAHAROSANA TANTRA

Domnul si Doamna Secretelor în uniune transfiguratoare tantrica nesfârsita. Aceasta slavita forma mistica a cuplului perfect continent reprezinta o idealizare a calitatilor care sunt necesare în scopul spiritualizarii si cosmizarii plenare a iubirii sexuale. Lotusul, sabia, roata si nestemata arzând simbolizeaza ascensionarea energiei sexuale pe fundalul aspiratiei frenetice de a transcende ego-ul personal prin scufundarea în întelepciunea superioara, care permite eliberarea de ciclurile KARMA-ice inevitabile si atingerea idealului sublim al realizarii spirituale. Reprezentare dupa o pictura tibetana de la mijlocul secolului al XVII-lea.

ÎNAINTE ȘI DUPĂ

Preludiul amoros trebuie sa fie suficient de lung si reciproc pentru a crea o armonizare completa a starii si a elementelor corporale. Reprezentare dupa o tiparitura japoneza în stilul Shushui, mijlocul secolului al XVIII-lea.

O mare greseala comuna majoritatii fiintelor umane, care apare în timpul actului amoros este o intensa efuziune a atentiei si a energiei catre momentul orgasmului cu ejaculare (descârcare), urmata de un evident dezinteres sau chiar de apatie odata ce acesta a fost atins. În general, de aceasta mizerabila situatie este responsabil barbatul, pentru ca cel mai adesea el tinde sa atinga cu repeziciune orgasmul cu ejaculare, cel mai adesea fara a o satisface aproape deloc pe femeie.

Actul amoros nu trebuie sa fie niciodata privit ca un „sprint pe o suta de metri", care se va sfârsi într-un colaps total. Aceasta situatie tragica tinde sa creeze adeseori stari intense de frustrare si de gol sau chiar face sa apara resentimente în celalalt (femeie) - fenomen unanim cunoscut sub numele de depresie post-coitum. Când cuplul continent se familiarizeaza cu nevoile sexuale ale celuilalt, adaptarea reciproca generatoare de fericire si implinire este naturala si facila.

Orice stimulent sexual poate face parte din preludiu daca el armonizeaza profund si efectiv cuplul atât din punct de vedere fizic cât si subtil. Învataturile orientale secrete afirma ca femeia, ca si apa, fierbe greu si se raceste greu dupa aceea. Reversul este valabil în cazul barbatului, care este comparat cu focul si care, daca nu este continent, se aprinde repede si se stinge cu repeziciune. Cu toate acestea, daca cei doi sunt continenti si corect echilibrati, se vor transforma foarte mult unul pe celalalt. Echilibrul „focului" si al „apei", în cazul cuplului perfect continent, da nastere la „vapori", care se „ridica" în mod natural. Aceasta miscare care apare în cazul cuplului perfect continent este analoaga ascensiunii (sublimarii) energiei vitale prin canalele (NADI-urile) si centrii subtili (CHAKRA-ele). În timpul uniunii sexuale, realizata cu continenta, aceasta ascensiune se realizeaza spontan atunci când exista armonie si echilibru în jocul amoros.

Daca pasiunea amoroasa clocoteste în unul dar de-abia se trezeste în celalalt, atunci cuplul trebuie sa urmareasca sa armonizeze cât mai bine aceste doua stari. Jocul amoros trebuie întotdeauna realizat, mai curând, cu dorinta sincera a împlinirii si fericirii absolute a celuilalt decât pentru obtinerea unei satisfactii egoiste. Sfârsitul jocului amoros este la fel de important ca si

Preludiu amoros. De pe o gravura japoneza de Sukenobu, aproximativ din anul 1710.

Preludiu amoros reciproc. Reprezentare după o gravură japoneză a scolii Tora, aproximativ sfârsitul secolului al XIX-lea.

preludiul. Fructul paradisiac al dragostei se va putea coace doar prin hrănirea atentă și sistematică a copacului în care el crește. După atingerea orgasmului fără ejaculare (descărcare), cei doi iubiți trebuie să rămână în uniune intimă un scurt interval de timp, iar după aceea ei trebuie să urmărească să se afle la cel puțin câțiva kilometri distanță unul de celălalt. Aceasta permite atunci amplificarea transfigurării și a cosmizării relației și totodată asigură schimbul reciproc de energii subtile la distanță și absorbția amplificată prin „EFECTUL AVALANȘĂ" a fluidelor vitale, care îi revitalizează profund. Acesta este momentul tainic când cei doi se pot cunoaște pe o cale PARANORMALĂ, reciproc, mult mai bine, într-un mod inefabil non-verbal, subtil, spiritual. Împărtășind astfel de fiecare dată o nouă experiență extatică, ei vor avea multe de asimilat unul de la celălalt dacă vor fi atenți la ceea ce se produce atunci în ființa lor. Meditația este de asemeni considerată ca fiind perfect naturală în timpul îmbrățișării intime, având LINGAM-ul introdus în YONI fără a atinge însă orgasmul cu ejaculare (descărcare).

După efortul fizic intens al actului amoros și după starea delicioasă de eliberare pe care o face să apară orgasmul fără ejaculare (descărcare), corpul fiecăruia se găsește într-o stare de unică relaxare. Această stare beatifică este foarte favorabilă meditației și absorbției reciproce. Întinși amândoi, nemiscați, cu brațele și cu picioarele intim înlănțuite, rămânând cel mai bine cu organele sexuale în uniune, cei doi iubiți pot experimenta atunci contopirea euforică completă a identităților lor diferite. Folosiți din plin aceste momente privilegiate pentru a focaliza ferm mintea asupra unei MANTRA și permiteți valurilor de extaz să-și continue astfel fluxul lor neîntrerupt. Urmăriți să ocoliți și chiar refuzați începerea bruscă a uniunii intime fără preludiu. Textele vechi insistă adeseori asupra faptului că cei doi iubiți trebuie să să-și armonizeze gradat corpurile; altfel, pot apare complicații, mai ales în cazul persoanelor mai în vârstă care nu practică amorul cu continență. Uniunea amoroasă-sexuală realizată cu continență și sublimare armonioasă are efecte complexe și profunde asupra tuturor organelor corpului. Corect și sistematic realizată, ea este cu adevărat plenar regeneratoare și vitalizanta, dar dacă nu este totdeauna realizată cu continență, ea poate duce la

În timpul îmbrățișării amoroase intime care este realizată cu continență, meditația este naturală și ea este alimentată de energia primordială. Reprezentare după o pictură din Estul Indiei, din secolul al XIX-lea.

debilitate. Căutați să nu vă ridicați imediat după orgasmul fără ejaculare (descărcare) și să vă repeziți să faceți o baie sau un duș. Rămâneți înainte de a vă separa la distanță 5-10 minute împreună și savurați atingerea, gustul, mirosul și imaginea ce emană fericire și forță a celuilalt. Urmăriți, dacă sunteți complet deschiși unul față de celălalt, să vă armonizați conștient energiile și secretiile sexuale și aspirați atunci să le absorbiți întregul lor potențial. Mângâiați-vă dezinvolți unul pe celălalt, jucați-vă, vorbiți, rădeți sau meditați, și dacă vreți să continuați jocul amoros, în curând vă veți simți gata de un nou extaz împărtășit. Mai presus de toate, urmăriți să realizați experiența amoroasă-sexuală plini de iubire; aduceți cât mai multă iubire din profunzimile ființei voastre și dăruiți-o astfel spontan și neconditionat celuilalt. Nu uitați niciodată că în templul iubirii nu există înainte sau după, ci doar Eternul Acum.

Realizând corect unirea amoroasă sexuală cei doi iubiți vor obține o profundă stare de fericire, fără a ajunge însă să se epuizeze fizic. După o stampă japoneză de la mijlocul sec. al XVIII-lea.

La primul act amoros intim, pasiunea bărbatului este foarte mare și lui îi trebuie puțin ca să ejaculeze, dar dacă el se controlează perfect și nu ejaculează deloc, în cele care urmează în aceeași zi, lucrurile se petrec invers. Cu femeia este exact invers, pentru că în multe cazuri, prima dată pasiunea ei este mică și atunci ei îi trebuie mult timp până să atingă orgasmul fără descărcare, dar în alte jocuri amoroase care vor avea loc tot fără ejaculare în aceeași zi, pasiunea ei va crește și atunci ei îi va trebui foarte puțin timp pentru a ajunge la orgasmul fără descărcare.

KAMA SUTRA.

Când femeia oboseste, trebuie să-și aseze fruntea pe cea a iubitului ei și trebuie să urmărească să se odihnească, fără a deranja unirea dintre organele lor sexuale. După ce ea s-a odihnit astfel, bărbatul trebuie să se întoarcă din nou la ea și să înceapă să facă din nou dragoste cu continență. Dacă iubiții se joacă liberi și se mângâie reciproc atât la începutul cât și la sfârșitul uniunii amoroase fără ejaculare (descărcare), extazul și încrederea în sine cresc foarte mult. Jocul amoros realizat fără ejaculare (descărcare) mărește plăcerea.

KAMA SUTRA

În realizarea actului amoros datător de fericire, spontaneitatea joacă un rol important. Reprezentare după o fotografie contemporană.

EXTAZELE AMOROASE SECRETE CARE APAR ÎN CAZUL JOCURILOR AMOROASE ÎN GRUP

În Orient, practicile sexuale transfiguratoare, realizate cu continență, au evoluat și s-au extins, depășind în anumite situații limitele cuplului. Culturile antice ale Egiptului, Arabiei, Indiei, Nepalului, Tibetului, Chinei și Japoniei erau în mare măsură poligame. Spre deosebire de viziunea iudeo-creștină asupra sexualității unde nu există deloc ideea de continență - și în care se insistă după

Nobil practicând Marele Extaz Amoros Secret cu continență împreună cu șapte femei. În cazul celor perfect continenți, în Orient, poligamia era curentă. Despre aceste practici se spune că ele confereau puteri paranormale, vitalitate uriașă, longevitate și înțelepciune claselor conducătoare. Reproducere după o stampă a pictorului KITAO SHIGEMASA - 1780.

cum se știe pe monogamie - învățăturile secrete orientale referitoare la arta erotică nu se limitează doar la cuplu și integrează în mod înțelept conceptul de continență sexuală. Ele cuprind adeseori practici sexuale bazate în întregime pe continență, care sunt de natură să îi permită unui bărbat singur să satisfacă plenar nevoile soțiilor sau ale amantelor sale, prin aceasta el realizând simultan o sporire a puterilor sale benefice, tainice. Aceste puteri paranormale, benefice erau astfel accesibile datorită proceselor de REZONANȚĂ și a stării tainice de empatie a tuturor participanților (care se iubesc) la asemenea jocuri erotice, care erau totdeauna realizate numai cu continență, și ele puteau fi folosite fie în scopuri

psihice, mentale sau sociale, fie în scopuri spirituale transcendentale.

Textele chineze au numit jocurile erotice realizate numai cu continență dintre un bărbat iubit și mai multe femei pe care acesta le iubește „Marile Extaze Amoroase Secrete". Un vechi proverb taoist susține că „plăcerile extraordinare de care un bărbat se poate bucura intens, la unison cu iubitele sale atunci când fac împreună dragoste fără ca el să ejaculeze și fără ca ele să se descarce, sunt și rămân secrete, fiindcă foarte puțini sunt aceia care ajung să cunoască întinsa și profunda valoare a acestor plăceri".

„Marile extaze amoroase secrete" erau practicate TOTDEAUNA NUMAI CU CONTINENȚĂ de către împărați și regi, de clasa nobiliară și mai ales de către cei inițiați. Tehnicile erotice care erau asociate cu Marile Extaze Amoroase Secrete erau totdeauna păzite cu strășnicie, datorită convingerii că ele permiteau clasei conducătoare să atingă un câmp subtil de forță urias, ajutând-o astfel să-și mențină cu ușurință autoritatea și puterea de influență asupra maselor foarte mari de oameni. Faptul că aceste Mari Extaze Amoroase Secrete conferă în scurt timp trezirea unor formidabile puteri paranormale este un adevăr unanim recunoscut de către anumite texte fundamentale taoiste și tantrice, care susțin că respectivele tehnici, dacă sunt realizate NUMAI cu continență, stimulează în mod rapid și eficient forța vitală, psihică și mentală atât la bărbați cât și la femei, permițând astfel accesul la anumite puteri care sunt mai mari decât acelea pe care o simplă relație monogamă le-ar permite. În toate aceste practici amoroase se produc procese cumulative de REZONANȚĂ care fac SĂ CREASCĂ EXTRAORDINAR DE MULT PUTEREA SUBTILĂ CE SE ACUMULEAZĂ ATUNCI.

Învățăturile tainice referitoare la Marile Extaze Amoroase Secrete (cuprinse în anumite texte taoiste și tantrice) se referă aproape exclusiv la relația amoroasă simultană dintre un bărbat și două sau mai multe femei care îl iubesc și care totodată se iubesc sincer între ele. Sunt extrem de rare mențiunile referitoare la o relație inversă, între o femeie și doi sau mai mulți bărbați, dar aceasta nu înseamnă că ea nu este atunci la fel de eficientă. Explicațiile care se dau pentru jocurile amoroase în grup sunt deopotrivă culturale, fiziologice și metafizice.

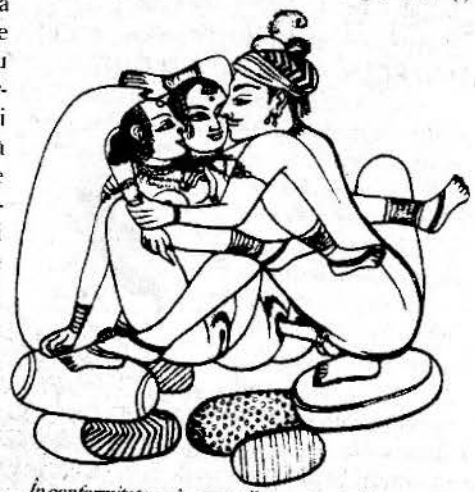
Marele Extaz Amoros Secret realizat de un bărbat continent împreună cu trei femei care se iubesc. Desen realizat după o gravură pe lemn japoneza a lui SUGIMURA JIHEI, circa 1880.

Joc amoros în trei realizat cu continentă. Reproducere după o gravură pe lemn japoneza a lui SUGINMURA JIHEI, circa 1680.

Din punct de vedere cultural si istoric, Orientul era într-o mai mare măsură poligam decât poliandru sau monogam. Un barbat perfect continent putea avea acolo oricâte sotii sau amante îi permitea situatia sa materială sa sustina. Fetele erau adeseori crescute de mici în ideea că își vor împărtăși bărbatul cu alte femei.

În consecinta, posesivitatea sexuală și gelozia - atât de caracteristice în Occident - erau aproape inexistente în Orient. Poliandria era mult mai rar întâlnită, si dacă totusi existau anumite situatii de acest fel, ele se rezumau de regulă la bărbatii dintr-o singură familie (spre exemplu, când doi frati aveau amândoi împreună o aceeasi sotie).

Ratiunile fiziologice sunt extrem de interesante: învătătura taoistă consideră că femeia reprezinta o sursă aproape inepuizabila de energie YIN (-). Învățăturile secrete susțin că atunci când două sau mai multe femei, care se simpatizează cu adevărat și se iubesc, se află într-un contact strâns, ele hranesc și stimulează atunci - datorită anumitor procese, complexe de rezonantă care se declanșează - această forță, creând un urias si veritabil câmp magnetic de energie subtilă psihică. Efectul subtil de polarizare al acestui câmp urias asupra unui bărbat perfect continent care practică Marile Extaze Amoroase Secrete este „o dublare a virilității sale" și o implicită întărire și elevare a fortei sale YANG (+), iar în cazul femeilor continente aceasta determina atunci „o dublare a feminității lor" care este simultan însotita de o îmbogățire si de o



În conformitate cu învățăturile secrete ale Tantrismului, prin realizarea Marilor Extaze Amoroase Secrete, se poate acumula cu usurinta în aura ființelor umane care participă, o imensă putere și atunci sfera tainică a acesteia se mărește extraordinar de mult. Desen după o pictură din RAJASTHAN, secolul XVIII.

rafinare a energiei lor YIN (-). Pe de altă parte, acolo unde există o predominantă YANG (+) - de pildă, într-o relație simultană între doi bărbati si o femeie - există tendința ca elementele YANG (+) să se potenteze reciproc, amplificând astfel la cei doi virilitatea. În cazul jocurilor amoroase în trei în care cei doi bărbați nu practică continenta, se spune că dacă prin ejaculare spermele a doi bărbați diferiți și neînruditi sunt puse simultan în contact în vaginul femeii, spermatozoizii se luptă atunci între ei în mod natural. Dacă celulele spermatice provenite de la doi bărbati diferiti care nu practică în cadrul unor asemenea jocuri amoroase continenta „se întâlnesc" într-un singur YONI, ele se vor situa automat pe pozitii adverse si vor începe să se lupte unele cu altele până când unul dintre adversari va învinge. YONI-ul femeii respective va deveni astfel mai degrabă un câmp de bătaie decât un câmp creator și fertil.

Un trio amoros taoist. Reproducere după o gravură japoneză pe lemn a lui SUGIMURA JIHEI, circa 1680.

Viziunea metafizică a Taoismului amoros și a Tantra-elor subliniază aproape la unison, la rândul lor, faptul că femeia este o încarnare a Mamei-Natură, sau cu alte cuvinte a Principiului Feminin Universal, al cărui principal atribut este multiplicitatea. Femeia este astfel mai mereu supusă unui narcisism natural, care spontan o determină să-si caute reflectia atât în alte femei frumoase si rafinate cât si în toate lucrurile frumoase din această lume. Comuniunea amoroasă realizată cu continență în cazul jocurilor amoroase în grup trezește rapid în ea valentele feminine latente și o îmbogățește cu calitățile celorlalte femei. Adeseori femeia urmărește să-și exprime diferitele fatete ale feminității ei prin intermediul puterii lui SHAKTI, care este narcisistă, dar în ultimă instanță se dovedește a fi plină de compasiune. Corpul unei femei frumoase, senzuale și vitale este catifelat, docil, receptiv; el evocă senzualitate. Când două sau mai multe femei se află în armonie, în cazul jocurilor amoroase în grup, care sunt realizate cu continență, ele capătă rapid puterea de a-si transforma, fiecare dintre ele, senzualitatea într-o super-senzualitate. Tot atunci calitățile psihice și mentale ale uneia se duplică în scurt timp în celelalte sau în cealaltă.

Natura bărbatului neevoluat spiritual este mai degrabă agresivă și emisivă decât receptivă. Narcisismul nu este deloc o caracteristică inerentă bărbatilor, care sunt, în schimb, foarte teritoriali (aparându-și aproape inconstient teritoriul pe care puterea lor de influență este dominanta). Puterea transcen-

denta a lui SHIVA rezida in rezolvarea tuturor dualitatilor. În lumina trairilor care apar în cadrul realizării Marelui Extaz Amoros Secret, in cazul principiului masculin (barbatul) cel mai important atribut care apare la scurt timp după aceea este facultatea acestuia de focalizare, de unificare, de sinteză. Acest atribut după ce se trezește plenar în bărbat se va trezi la scurt timp după aceea si în iubitele sale cu care el fuzionează simultan.

O tehnică secretă care este cunoscuta sub numele de „SARBATOAREA BUJORILOR" care se realizează adeseori în cadrul Marilor Extaze Amoroase Secrete. Reproducere după o pictură chineză din sec. XVIII.

Anumite texte indiene secrete declară că "două sentimente benefice, minunate pot fi aduse la paroxism prin prezența unei a treia ființe umane care admiră și resimte spontan simpatie pentru ceea ce are loc acolo" (BHARATA). În KAMA SUTRA se menționează că „atunci când un bărbat face dragoste fără să-și piardă deloc sămânța simultan cu două femei pe care le iubește, care îl iubesc în mod egal si care totodată se iubesc între ele, această practică poartă numele de Poziția Înalt Unita". În CHANDRAMAHAROSANA TANTRA există chiar o referire explicită la Marile Extaze Amoroase Secrete: „O femeie, provenită de pe însuși discul lunar, se poate bucura, dacă o iubește, de o altă femeie. O a treia ființă la fel de iubitoare, prezentă și ea, care este însă bărbat va face să se echilibreze și să se amplifice astfel forțele acestora. Desfătându-se extraordinar de intens împreună, cei trei care se

Tradiția orientală atribuie practicii consecvente a Marilor Extaze Amoroase Secrete o extraordinară putere de reîntinerire dacă aceasta este realizată cu continență. Reproducere după o pictura japoneza KANGYO, sec. XIX.

iubesc se pot elibera astfel de bătrânete, de egoism și de moarte. Dreptul (+) și stângul (-) se unesc atunci în mod armonios în Cararea Centrală (SUSHUMNA NADI (0)). Bărbatul le stimulează plin de dragoste nesfârșită si le face să atingă fericirea pe cele două femei; astfel, ele se trezesc și se combină cu el. Cele două Luni (-) sunt (datorită continentei) întotdeauna pline cu nectar; Soarele (+) (tot datorită continentei) arde veșnic".

Taoismul învață că atunci când sunt corect și în mod perseverent realizate Marile Extaze Amoroase Secrete între un bărbat și două femei care se iubesc, aceasta poate să le dubleze tuturor participantilor energia sexuala si totodata le poate mări foarte mult puterea psihica. Reproducere după o pictură chineză din secolul XIX.

Anumite ritualuri sexuale centrate în jurul troilismului, dar din care lipseste continența, pot fi întâlnite și în alte culturi. Spre exemplu, la africanii WALINDI - un trib din regiunea Lacului Chad - la scurtă vreme după ce ating starea de pubertate, femeile își găsesc iubite cu care trăiesc „ca soț și soție"; după ce se consideră suficient de pregătite, ele își aleg împreună bărbatul care va deveni adevăratul lor soț. Urmează atunci o ceremonie nupțială complexă, în timpul căreia este evocat spiritul feminin al Lunii, după care fiecare femeie întreține relații sexuale orale și genitale cu bărbatul ales.

De îndată ce acesta ejaculează în gura uneia dintre cele două femei, aceasta transferă pe loc sămânța din gura ei în organul sexual al celeilalte femei, după care rostește de trei ori: „Toți copiii tăi sunt deopotrivă și ai mei". Începând din acel moment, ambele femei sunt libere să facă dragoste când si cum doresc, atât cu bărbatul lor cât și ele între ele.

Un text taoist afirmă că: „o femeie nu ar trebui să fie niciodată geloasă sau tristă dacă își vede iubitul făcând dragoste cu o altă femeie; în caz contrar, esența ei YIN (-) va deveni agitată și atunci ea va fi cu ușurință predispusă către îmbolnăvire, și chiar va ajunge la ofilire și la îmbătrânire prematură". Acest adevăr fundamental este demn de reținut de către toți aceia care doresc să exploreze împreună Marile Extaze Amoroase Secrete.

Numerosi occidentali cred (din ignorantă) că practicile sexuale taoiste si tantrice se axează pe relații neconventionale, pe promiscuitate si pe orgii sălbatice. Această viziune simplistă este însă deopotrivă eronată și înșelătoare.

Sexualitatea asa-zis libera sau, cu alte cuvinte, sexul in grup, asa cum este el inteles in Occident, datorita absentei iubirii, transfigurării si continentei sexuale, este cât se poate de departe (sau altfel spus exact la antipod) de practicile amoroase extrem de evoluate ce presupun pe lângă iubire si transfigurare un mare grad de autodisciplină și stăpânirea perfectă a continentei sexuale, mentionată în învătătura secretă taoistă și tantrică.

Chiar dacă admite importanta jocurilor amoroase în grup, care atunci sunt realizate cu continentă, Tantra reliefeaza cu toate acestea necesitatea cuplului, care este adeseori idealizat sub forma unei entitati cosmice complete - principiul masculin (+) și principiul feminin (-) - care se polarizează PRINTR-O PERFECTĂ CONTINENȚĂ, într-o unitate plenar echilibrată. Ritualurile tantrice derivă din viziunea cuplului lăuntric (ce admite doar în cazul femeii bisexualitatea), ce evoluează rapid grație transfigurării plenare și a continentei perfecte spre idealul cuplului alcătuit din ființe separate dar care sunt complementare din punct de vedere sexual. Fie că este simbolic sau efectiv, cuplul care vizează să atingă starea ANDROGINALĂ GLORIOASĂ, este totdeauna adevăratul fundament al TANTRA-ei.

Învățăturile sexuale secrete ale TANTRA-elor trebuie întotdeauna să fie înțelese pe trei nivele: cel alegoric/simbolic, cel literal/fizic și cel ascuns/transcendental. Potrivit Tantra-elor, Fuziunea amoroasă în trei este un ritual foarte puternic ce poate fi practicat fie chiar și numai în mod simbolic, prin interiorizare și prin angrenarea creatoare a capacitătii de vizualizare. KAULA TANTRA menționează o tehnică secretă de meditație prin care cuplul perfect continent este sfătuit să se identifice cu KUNDALINI SHAKTI - energia sexuală brută, care atunci este cât mai clar vizualizată ca un șarpe de foc care izvorăște din interiorul unui triunghi roșu și care după aceea ascensionează de-a lungul coloanei vertebrale (prin SUSHUMNA NADI), străpungând rând pe rând centrii subtili de forță (CHAKRA-e) unul câte unul, până când ajunge în crestetul capului (în SAHASRARA), unde capătă o formă unică, generatoare de extaz, luând chipul unei preafrumoase fete,

Practica atenta si consecventa a Marilor Extaze Amoroase Secrete trezesc, amplifică și întăresc vitalitatea participanților masculini și feminini, în cazul în care toți practică continența sexuală. Reprezentare după o pictură chineză din sec. XVIII.

o DAKINI roșie și foarte senzuală, cu numeroase atribute minunate, paranormale. Cei doi iubiți trebuie apoi să se scufunde amândoi în această imagine (ce le apare simultan și identic la amândoi în fața ochiului spiritual din mijlocul frunții (AJNA CHAKRA)) și după aceea ei trebuie să se identifice la unison cu ea, sub forma unei Ființe transcendente, plină de înțelepciune și grație divină, care poate îndeplini toate dorințele oamenilor. Acest gen de identificare este și unul din țelurile celei mai înalte forme de aspirație.

În culturile orientale era frecvent obiceiul ca un bărbat să se căsătorească nu numai cu o femeie ci și cu surorile acesteia dacă aceasta avea una sau mai multe surori. Despre acest obicei se spune că el face să crească foarte mult longevitatea și energia YANG (+) dacă bărbatul practica atunci continența. Reproducere după o pictură chineză din sec. XIX.

Așadar, dacă practicile tantrice sunt extinse spre troilism sau spre alte forme de sex în grup, care totdeauna sunt realizate cu transfigurare și continență, toți participanții trebuie să fie conștienți pe deplin de faptul că atunci ei pătrund într-o dimensiune nouă, cu mult mai subtilă. Fuziunea Tantrică în Trei realizată numai cu transfigurare și continență reprezintă totdeauna un pas uriaș înspre o zonă care este situată evident în afara convenționalului și a previzibilului. Ea presupune însă atunci o responsabilitate uriașă, căci acest procedeu poate descătușa mai ales în absența iubirii, transfigurării și consacrării fructelor rezultante lui DUMNEZEU energii infinit mai puternice și potențial mai periculoase decât cele pe care le experimentează un cuplu normal care practică continența. Aceste energii, în absența consacrării neconditionate a fructelor rezultante către DUMNEZEU, pot fi manifestate într-un mod creativ sau distructiv și tocmai de aceea ele trebuie să fie atent rafinate și sublimate prin transfigurare și consacrare. Energiile subtile, binefăcătoare pozitive pot fi amplificate prin tehnici de control a respirației, prin vizualizare clară și fermă sau prin prelungirea indefinită a orgasmului, printr-un control perfect al potențialului erotic. Energiile uriașe, benefice, creatoare, care sunt foarte ușor descătușate în timpul Fuziunii în Trei realizate numai cu continență, trebuie după aceea să fie recirculate între participanți prin menținerea unui contact cât mai îndelungat între terminalele sexuale ale trupurilor lor: organele sexuale, sâni, guri, mâini și picioare. Fiecare

Unirea datatoare de fericire a celor trei chinezi care practică în cadrul Marilor Extaze Amoroase Secrete tehnica numita „SARBATOAREA BUJORILOR". După o stampa în culori care apartine dinastiei MING.

dintre cei trei participanti trebuie să fie atent focalizat mental asupra fluxului de energie, evitând astfel pierderile energetice de la nivelul zonei ombilicului sau care uneori apar în plan subtil în regiunea din crestetul capului (SAHASRARA). Experienta amoroasă trebuie să fie făcută atunci într-o stare de spirit cât mai detașată, iubitoare și plină de transfigurare, pentru ca participantii să poată experimenta în mod spontan în cadrul ei Pura Constiinta Extatică sau Beatitudinea.

În timpul Fuziunii amoroase în trei, bărbatul trebuie să se autotransfigureze în SHIVA, ASPECTUL TRANSCENDENT al universului. Principalul său rol este printre altele acela de a mentine viu focul concentrării, prin folosirea corectă a vizualizării lăuntrice a YANTRA-elor și prin emisia mentală a MANTRA-elor. El trebuie să se focalizeze aproape în mod continuu în ochiul spiritual (AJNA CHAKRA) asupra circulatiei și sublimării energiei rezultante în urma transmutării potențialului sexual. În calitatea sa (ipostaza) de SHIVA TRANSCENDENT, bărbatul perfect continent trebuie să mențină constant echilibrul fortelor, prin controlul respiratiei, gândului și sămânței.

Este foarte important ca cea de-a treia persoană să fie invitată să ia parte la o fuziune amoroasă în trei numai în cazul în care între ea și ceilalti doi iubiti există o legătură evidentă de iubire, de simpatie și încredere care sunt suficient de puternice. Odată admisă, acesteia (celei de-a doua femei) trebuie să i se acorde toată dragostea, atenția și consideratia și atunci este esențial ca ea să fie onorată și adorată de barbat pe cât posibil în mod egal. Ambele femei trebuie să se transfigureze atunci pline de dragoste și încântare prin expresii pure care le ajută să se simtă fiecare SHAKTI CEA PRIMORDIALĂ, din care izvorăște forta atotputernică a erosului. Fiecare femeie va trebui să urmărească să trezească, să stimuleze și să evoce puterea lăuntrică a lui SHAKTI în cealaltă femeie, aspirând la experimentarea până la identificarea perfect empatică cu această putere, ca și cum ea i-ar aparține ei însăși, fără nici un sentiment de separare. Prin stimularea intensă, spontană și reciprocă a naturii lor intime lăuntrice, cele două femei care se iubesc plenar experimentează atunci o dublare clar perceptibilă a fortei cu care se manifestă aceasta la fiecare vârf al extazului orgasmic fără descărcare.

Un rit atât de important cum este Fuziunea Amoroasă în Trei ar trebui să fie asumat cu toată atentia si consideratia. Împărtășirea si fuziunea intimă a

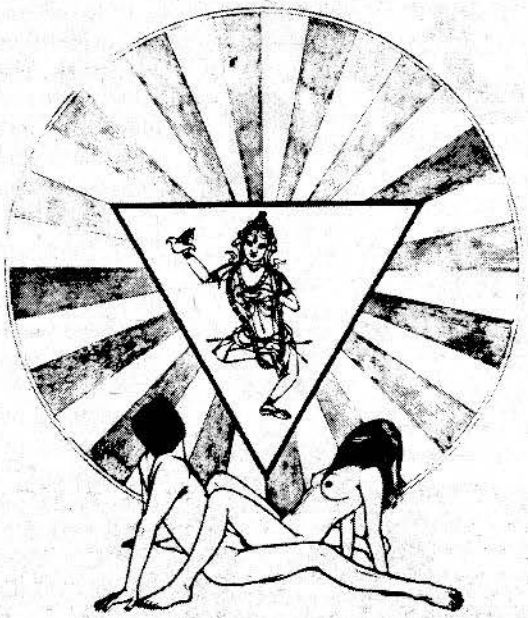
unei iubite cu alta este un act de supremă generozitate; tocmai de aceea, dacă gelozia, posesivitatea și egoismul nu sunt complet lăsate deoparte, cuplul care se angrenează din simplă curiozitate sau din anumite considerente meschine să efectueze acest ritual FĂRA IUBIRE și fără transfigurare se poate deschide subit către cele mai malefice forte care îi vor afecta mai mult sau mai puțin pe toți trei. Fuziunea în Trei, realizată cu continență si transfigurare poate permite eliberarea spirituală, dar ea poate fi și extrem de periculoasă dacă este în mod inconstient gresit folosită. Dacă unul dintre cei trei participanti este dezechilibrat din punct de vedere emotional (psihic), egoist sau neinitiat în principiile esoterice ale spiritualității, prin care cel mai adesea se urmăreste transcendenta sexuală, există pericolul aparitiei unor conflicte de personalitate. Pentru ca practica Marilor Extaze Amoroase Secrete să producă totdeauna fructe dulci, și nu amare, sunt necesare la toti participantii anumite calități cum ar fi: puterea de transfigurare, iubirea uriașă, abnegația, nobletea, generozitatea, puritatea inimii, prezența de spirit, dăruirea către Divin și devotiunea spirituală.

În cadrul Fuziunii Tantrice în Trei, ambele femei ar trebui să se iubească frenetic și să-și dăruiască cu abnegatie și generozitate energia lor (SHAKTI) bărbatului, trasfigurându-l și adorându-l neconditionat în calitatea (ipostaza) lui de SHIVA, Supremul Masculin, Stăpânul Universului și Marele Yoghin al cărui LINGAM PERFECT este întotdeauna erect. Ele trebuie atunci să se dăruiască cu totul acestuia, și totodată ele trebuie să-si împărtășească reciproc, prin TRĂIRE PROFUND EMPATICĂ, întregul extaz care rezultă prin fuziunea lor amoroasă, urmărind aproape permanent să se transfigureze una pe alta și pe iubitul lor în Principiile Divine ce stau la baza întregii manifestări. Toti participantii la un asemenea joc amoros realizat cu continență ar trebui să constientizeze cât mai profund și plenar că principalul tel al ritualului efectuat este aspiratia sinceră și frenetică de eliberare spirituală și de atingere a stării de transcendentă.

Textele tantrice și taoiste avertizează că abordarea procedeului Marilor Extaze Amoroase Secrete nu trebuie să se realizeze decât dacă toți participanții au atins deja un anumit grad de maturitate emotională și aspiră către suprema eliberare. Reproducere după o stampă chineză, dinastia MING.

Cele trei verisoare, vibrând de excitație, stăteau întinse una lângă alta și prin întreaga lor atitudine aproape că îl încurajau pe Maestrul în arta amorului să se joace împreună cu ele, spre mulțumirea sufletului său, găsindu-și astfel din plin plăcerea cu fiecare, pe rând. După ce el a satisfăcut-o din plin pe cea din mijloc, a onorat-o apoi plin de adorație pe vecina sa din dreapta, după care i-a făcut o vizită profund dătătoare de fericire celei din stânga. Și după aceea, în final toată lumea a găsit că trăirea cu totul extraordinară care a apărut era cât se poate de îmbucurătoare și de satisfăcătoare. JOU PU TUAN

Există niște practici speciale care sunt numite Marile Extaze Amoroase Secrete, cunoscute și sub numele de Rețeaua Cerului și a Pământului. În cadrul acestora participanții își controlează perfect sămânța și execută jocurile amoroase precum păsările și animalele: mai multe femei se unesc intim și ating împreună fericirea cu un singur bărbat. Se consideră că atunci când este realizată corect de cel puțin 7 ori, această tehnică are puterea de a îmbunătăți recoltele, de a preveni calamitățile și de a crea un puternic câmp spiritual la nivelul întregii țări.
TAO AN



În conformitate cu învățăturile secrete ale Tantrismului, procedeul Unirii Amoroase Transfiguratoare a celor trei este un ritual foarte puternic care în anumite condiții poate fi realizat numai în mod interior. Atunci el se practică în mod simbolic cu ajutorul puterii imaginației, fiind efectuat prin vizualizare.

POSTURA AMOROASĂ A PEȘTILOR CARE BOLBOROSESC

Textele erotice chinezești descriu o poziție amoroasă specifică în cazul realizării Marilor Extazuri Amoroase Secrete care este cunoscută sub numele de Postura Amoroasă a Peștilor care Bolborosesc. Această poziție este un veritabil exercițiu de altruism, amoros care este conceput pentru deplina satisfacere a tuturor participanților. Citâm în continuare dintr-un text străvechi care descrie beneficiile senzuale și terapeutice ale acestei poziții:

Postura amoroasă a Peștilor care Bolborosesc. Desen realizat după o fotografie contemporană.

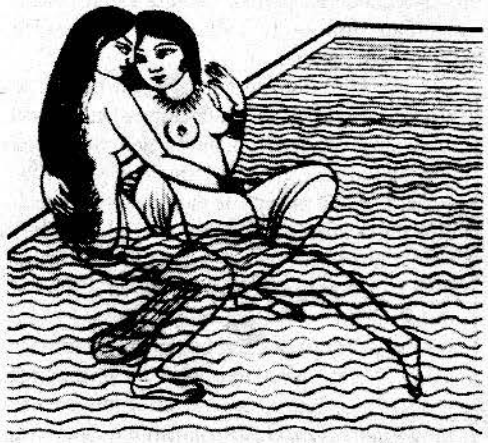
„Cele două femei care se iubesc și se transfigurează reciproc stau întinse în poziția amoroasă cea mai obișnuită pentru unirea sexuală; atunci una stă întinsă pe spate, iar cealaltă se află așezată deasupra ei, astfel încât cele două Porți ale Plăcerii (YONI-urile lor) se află într-o oarecare măsură într-un contact direct. Ele se îmbrățișează atunci strâns și după aceea își freacă cu pasiune Grotele (YONI-urile) până când buzele lor inferioare ajung aproape să se deschidă din propria lor voință, la fel ca și gurile unor pești care bolborosesc în apă printre plantele marine în timp ce înoată.

Bărbatul (perfect continent) trebuie atunci să îngenunchieze între coapsele lor așteptând liniștit ca ambele femei să devină extrem de excitate și să ajungă în pragul orgasmului, dar fără a ajunge totuși la orgasmul cu descărcare. Atunci, el le separă cu o mână Grotele Plăcerilor și după aceea își inserează Bagheta de Jad (LINGAM-ul) între ele. Procedând în acest fel, ambele femei pot beneficia după aceea simultan de mișcările sale alternative. Această poziție amoroasă este deopotrivă plăcută și benefică dacă este realizată numai cu continență. Ea contribuie pe o cale naturală la întărirea tendoanelor și oaselor, și simultan dublează potența bărbatului. De asemenea, dacă este consecvent practicată, ea vindecă pe o cale naturală feluriteafecțiuni fiziologice și psihice. Postura aceasta amintește de peștii care se joacă în apă printre plantele marine, absorbind și eliminând apoi apa întunecată."

„Există o poziție amoroasă cunoscută sub numele de <u>Cele două păsări Phoenix femele care dansează</u>. Ea are loc între un bărbat și două femei. Femeile stau atunci întinse una peste alta; cea de dedesubt își ridică apoi picioarele, în timp ce cea de deasupra ei își desface la rândul ei picioarele, astfel încât Cele două Porți de Jad (YONI-uri) să fie apropiate într-un contact strâns. Bărbatul trebuie să îngenuncheze, fiind orientat cu fața la ele. În acest fel, el va putea penetra pe rând când Poarta de sus, când Poarta de jos." (Maestrul TUNG)

COMUNITATEA SURORILOR ŞI SAFISMUL

În India antică se considera a fi normal şi sănătos ca femeile să se iubească şi chiar să aibă relaţii amoroase intime unele cu altele, dar aceasta implica atunci să aibă şi un iubit de sex opus. Fetele care erau născute în familiile bogate erau crescute în compania uneia sau a mai multor SHAKI-uri, care erau atunci considerate nişte însoţitoare de sex feminin provenite din familiile sărace, şi ele erau tratate ca şi cum ar fi fost propriile lor surori. Contactul amoros fizic intim între femei a fost întotdeauna considerat ca fiind ceva normal şi sănătos în culturile orientale. Surorile sau prietenele obişnuiau de multe ori să împartă adesea acelaşi pat.



Două tinere femei care se iubesc şi se angrenează într-o excitantă îmbrăţişare intimă în timp ce fac baie. Desen realizat după o pictură indiană din secolul XVIII.

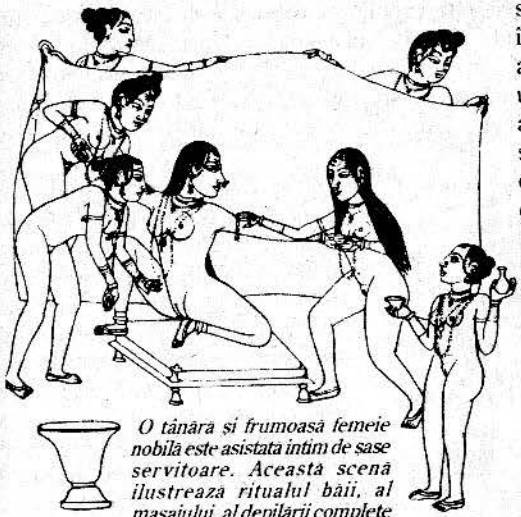
De altfel, cuvântul SHAKI este înrudit cu SHAKTI, care semnifică principiul puterii vitale feminine, energia primară a TANTRA-ei. A avea o SHAKI drept însoţitoare era totdeauna considerat ca fiind ceva vitalizant, favorabil şi „special". Credinţa generală era aceea că asemenea comunităţi de surori întăreau, datorită proceselor complexe de rezonanţă care se declansau atunci, feminitatea tuturor participantelor. O SAKHI îşi adăuga, prin consonanţă subtilă şi empatie, propriile calităţi şi experienţe la acelea ale „surorii" ei. Adeseori, femeile şi SHAKI-urile ei erau aproape inseparabile; atunci când o femeie de viţă nobilă se mărita, SHAKI-urile lor deveneau la rândul lor, în mod firesc, amantele bărbatului şi o asistau intim şi pline de dragoste pe aceasta în ritualurile amoroase care erau realizate cu continenţă. Activităţile safice erau considerate perfect normale în interiorul comunităţilor de surori, aşa cum o atestă adeseori numeroase picturi din arta indiană veche.

Comunităţile de surori au evoluat în mod natural într-o societate de tip poligam. Soţiile şi amantele trăiau de regulă într-o vecinătate intimă, împărţind de multe ori acelaşi pat. Mângâierile reciproce între femei nu erau niciodată considerate perversiuni, ci adeseori ele erau încurajate şi idealizate ca fiind expresia unei afecţiuni reale. Culturile orientale au pretuit întotdeauna la justa lor valoare narcisismul natural al femeii.

RAMAYANA, faimoasa epopee hindusă, conţine un fragment ce descrie în mod poetic practica amorului safic într-un anumit cămin: „Nenumărate femei frumoase şi senzuale stăteau întinse pe covoare şi dormeau, după ce îşi petrecuseră noaptea în jocuri amoroase. Respiraţia lor era uşor parfumată datorită vinului uşor îndulcit. În timp ce visau, extaziate unele fete gustau încântate din dulceaţa buzelor prietenelor lor, ca şi cum acestea ar fi fost ale maestrului. Odată stârnită, pasiunea lor crescândă le-a condus, aşa cum era firesc, pe aceste adorabile tinere adormite să facă dragoste una cu alta. Unele dormeau atunci în aşternuturile lor bogate, cu capul pe braţele încărcate de brăţări; altele se sprijineau de tovarăşele lor, de pântecele acestora, de sâni, de coapse, de spate; atrase de betia dragostei, una în braţele alteia, aceste fermecătoare femei stăteau întinse claie peste grămadă, lăsându-se pradă unui somn de dulce betie."

Două tinere femei care se iubesc, în îmbrăţişare intimă. Desen după o pictură indiană din secolul XVIII.

Femeile indiene bogate angajau de regulă un anumit număr de servitoare, ale căror îndatoriri includeau printre altele îmbăierea, ungerea cu ulei, masarea şi întreaga artă a înfrumuseţării stăpânei lor. Chiar şi în India contemporană, acest obicei a rămas actual. Legăturile strânse cu servitoarele sau SHAKI-urile se dezvoltau în mod natural, ajungând la relaţii safice, îndeosebi în cazul femeilor frumoase, senzuale şi singure, care erau necăsătorite sau văduve.



O tânără şi frumoasă femeie nobilă este asistată intim de şase servitoare. Această scenă ilustrează ritualul băii, al masajului, al depilării complete a zonei sexului şi a împodobirii trupului. Desen după o miniatură pictată din RAJASTHAN, secolul XVIII.

KAMA SUTRA descrie în detaliu aproape toate tehnicile amoroase prin care femeile care se iubesc isi folosesc gura

pentru a-şi stimula reciproc YONI-urile. Tot în KAMA SUTRA sunt înfăţişate mijloacele prin care dorinţele sexuale pot fi satisfăcute cu ajutorul unor bulbi, rădăcini sau fructe care au o formă asemănătoare LINGAM-ului. Spre deosebire de homosexualitatea masculină, care este considerată a fi un păcat, safismul nu era niciodată considerat un păcat sau o ofensă adusă legii hinduse. În picturile miniaturale din perioada medievală, apar adesea mai multe femei care se mângâie amoros reciproc, întreţinând de multe ori chiar relaţii intime. De pildă, picturile care ilustrează tema lui KRISHNA şi pe păstorite înfăţişează adesea pe GOPI-uri într-o intimă înlănţuire senzuală.

Servitoare egipteancă împreună cu stăpâna sa. Desen după o pictură care provine din cea de a XVIII-a Dinastie (1567-1320 î.e.n)

În literatura budistă şi tantrică există diverse referinţe la extraordinara putere transcendentală şi regeneratoare care era inerentă în cadrul comunităţilor de surori. Această viziune iniţiatică este evidenţiată îndeosebi în învăţătura taoistă. Hinduismul contemporan descrie cinci categorii distincte de safism. Forma clasică a lesbianismului de tip occidental, extrem de agresivă şi de epuizantă, care implică atunci să fie jucate nişte roluri sexuale distincte, este considerată în Orient a fi tipul cel mai inferior de safism. Indienii îl consideră chiar a fi o mare degenerare şi ei îl privesc ca pe o îndepărtare de la formele înalte şi spirituale de safism, care sunt practicate în Orient şi care implică să se realizeze continenta prin care este evitat de ambele femei orgasmul epuizant cu descărcare.

În antichitate, existau contacte strânse între Egipt şi India de Sud, care era faimoasă pentru mătăsurile sale rafinate, pentru mirodenii, şi nu în ultimul rând, pentru femeile sale experte în arta amorului şi pentru minunatele sale dansatoare din temple. În societatea egipteană antică nu exista de asemeni nici o lege care să condamne safismul. Există chiar dovezi arheologice care demonstrează că femeile

Muzicante şi dansatoare egiptene. Desen realizat după o pictură care aparţine celei de a XVIII-a Dinastii. (1567 - 1320 î.e.n)

întreţineau adeseori contacte intime, unele cu altele. Picturile de pe pereţii mormintelor egiptene ilustrează tablouri în care sclavele îşi mângâie amoros stăpâna, precum şi anumite scene din haremuri care se aseamănă cu maniera indiană. În temple, dansatoarele trăiau toate împreună iar safismul era încurajat.

În conformitate cu învăţăturile Taoismului, safismul le permite femeilor să-şi îmbogăţească în mod armonios feminitatea şi să-şi alimenteze natura lor psihică şi mentală. Desen realizat după o pictură chineză din secolul XIX.

Nici legea ebraică nu condamnă safismul. Cât despre societatea islamică, ce a încurajat dintotdeauna poligamia, lesbianismul a fost întotdeauna extrem de popular aici, fiind practicat adeseori atât în interiorul cât şi în afara haremului. Este foarte curios faptul că există unele tradiţii care susţin că Mohamed ar fi declarat lesbianismul ca fiind o practică în afara legii, deşi istoricul arab Abd-al Latif al-Baghadi scria încă în secolul al XIII-lea că „femeia care nu a gustat în mod repetat din deliciile fermecătoare ale corpului unei alte femei nu este cu siguranţă de prin părţile noastre." Contradicţia ar putea fi explicată prin teama arabilor ca femeile să nu câştige puterea. În mentalitatea arabă, femeile sunt adeseori privite ca nişte simple posesiuni care simbolizează statutul social al bărbatului, motiv pentru care se consideră că ele ar trebui mai degrabă să fie ţinute sub control decât înălţate sau eliberate prin puterea sexualităţii mistice. Viziunea profund transfiguratoare asupra feminităţii, aşa cum o exprimă TANTRA-ele, s-ar părea că nu face parte parte din gândirea arabă. În numeroase culturi păgâne care există în diferite părţi ale lumii, contactul sexual intim între femei este considerat sănătos şi natural. Acest Adevăr este îndeosebi valabil în societăţile matriarhale. Numeroase triburi din Africa, Asia, Insulele Pacificului şi America de Sud consideră safismul ca fiind o parte integrantă a sistemului lor socio-religios. Spre exemplu, în tribul african Paia, care aparţine culturii Bantu, nu i se permite unei femei să îşi piardă virginitatea decât numai ca urmare a contactului cu o altă femeie. Aceasta din urmă este aleasă cu grijă de prima femeie, căci după aceea cele două vor deveni „surori" şi vor trăi împreună iubindu-se timp de trei zile în fiecare

O delicioasă stare de intimitate realizată între femei. Desen realizat după o stampă japoneză a lui SUZUKI HARUNOBU, circa 1760.

luna, timp în care ele vor practica safismul. Un obicei similar există și în viața tinerelor femei din tribul Luduku, din Congo. Printre triburile din Noua Guinee există obiceiul ca o tânără fată să practice sexul oral cu prietenele sale mai mari cu câțiva ani, în convingerea că prin această practică amoroasă ea va absorbi o parte din înțelepciunea feminină și din farmecul amoros-senzual al acestora.

În China și Japonia, safismul este de asemenea cât se poate de natural și comun. Potrivit filosofiei Taoiste, femeia dispune de un depozit aproape nelimitat de energie YIN (-), care se regenerează în fiecare lună prin revenirea ciclului menstrual. Viziunea potrivit căreia femeile frumoase și senzuale își pot amplifica reciproc fluidele vitale reprezintă un principiu de bază în taoism.

În Occident, comunitățile de surori au fost înțelese adesea complet greșit. Unele sondaje recente au indicat faptul că un mare procent dintre femeile occidentale au avut, măcar de câteva ori, într-o formă sau alta anumite experiențe safice de-a lungul vieții lor. Totuși, chiar și la ora actuală, continuă să persiste în Occident convingerea care asociază safismul cu perversiunea, nefăcând aproape nici o distincție între diferitele forme de lesbianism. Cea mai renumită dintre femeile homosexuale occidentale a fost fără îndoială poeta elenă Sapho. Majoritatea scrierilor sale au fost distruse în anul 1073 din ordinul Papei Grigorie al VII-lea. Sapho a trăit pe insula Lesbos în secolul VI i. Cr. Cuvintele „lesbianism" și „safism" derivă direct de la reputația ei de mare iubitoare a femeilor. Potrivit afirmațiilor lui Socrate, Sapho era de o frumusețe și de o inteligență uluitoare. Platon chiar a denumit-o „a zecea muză", iar marele poet Ovidiu obișnuia să le recomande tuturor fetelor tinere să îi citească opera. Practic, numele ei nu a căpătat conotația infamă actuală decât odată cu afirmarea creștinismului.

Comunitățile de femei nu presupun neapărat contacte sexuale între femei. Totuși, dacă semenea contacte apar în mod spontan, există o mare varietate de mijloace prin care două femei care se iubesc, se pot satisface una pe cealaltă. Învățăturile esoterice subliniază adeseori importanța pe care o are sărutul între femei. Elementul Apă pe care sărutul îl amplifică în ființă este de multe ori asociat cu luna, cea care guvernează ciclurile menstruale ale femeilor. Învățăturile taoiste accentuează asupra importanței stimulării orale a gurii, a YONI-ului și a sânilor - ca fiind un excelent mijloc pentru femei să își trezească și să-și amplifice natura feminină.

Îmbrățișare safică. Desen realizat după o stampă japoneză de KATSUSHIKA HOKUSA, circa 1810.

Învățăturile Taoiste și Tantrice

orientale sunt asadar de acord și chiar încurajează relațiile amoroase cu continență între femei, arătând că dacă în paralel femeia are și un iubit de sex opus aceasta este ceva minunat. Totuși, femeile occidentale moderne care urmăresc să își exploreze propria sexualitate în compania altor femei, ar trebui să fie puse în gardă că safismul nu este considerat ca fiind decât o alternativă firească la iubirea heterosexuală. Practica exclusivă a iubirii safice nu este încurajată nici de învățătura taoistă, nici de cea tantrică, căci ambele acordă o semnificație absolută unității celor două principii; masculin și feminin și realizării cuplului cosmic.

În conformitate cu învățăturile amoroase ale Taoismului, atunci când dulceața feminină întâlnește o altă dulceață feminină, forța lui YIN este în mod armonios sporită. Acest argument servește să justifice amorul safic.

O relație de tip safic sau o comunitate amoroasă care se realizează între mai multe femei necesită totdeauna o afecțiune reciprocă reală, realizarea continenței care implică evitarea orgasmelor cu descărcare, transfigurare profundă și foarte multă generozitate. Femeia modernă este, de regulă, condiționată să le privească pe celelalte femei mai degrabă ca pe niște concurente decât ca pe niște prietene sau aliate. Femeile din Orientul Antic cunoșteau adevărata comuniune și solidaritate feminină care se baza pe o simpatie reală și profundă și adeseori chiar pe iubire. Femeile contemporane ar avea - dacă ar căuta să înțeleagă - foarte multe de învățat de la tradiția tantrică în ceea ce privește semnificația profundă și mijloacele practice prin care femeile se pot emancipa cu adevărat, câștigând astfel o reală și durabilă stare de libertate.

Sursa fericirii mele este și o tânără fată cu pielea catifelată; zâmbetul ei parcă este împodobit cu perle. Gura ei este dulce și mereu proaspătă. Între picioarele ei minunate se află o despicătură, care pentru mine este la fel de drăgălașă și de ispititoare ca și gâtul unei tinere gazele. Ne-am petrecut această noapte în mod delicios sărutându-ne pe gură și pe alte părți. Fericirea pe care am simțit-o atunci a fost intensă și extraordinară. Dacă această iubire fată de prietena mea este «păcătoasă», atunci iubirea unui bărbat este cu adevărat «nelegiuită».

TEXT EXTRAS DIN „GRĂDINA PARFUMATĂ"

Femeile sunt bujori, flori de primăvară, lotuși și colibe
Femeile sunt rodii, pere, pepeni și perle
Femeile sunt receptacole, creuzete, vase și universuri tainice
Femeile sunt fructul vieții și forța hrănitoare a Naturii.

YUAN-SHIN YEH-TING CHI, TAO TSUNG-I

MASTURBAREA - AUTOSATISFACEREA

Până nu demult, prezentarea deschisă a acestui subiect, masturbarea, era considerată tabu, iar referirile la masturbare se făceau în mod eufemistic, sub denumirea de „abuz de propria persoană" (self-abuse), „joc cu sine însuși", „viciu solitar", „aventură solitară" sau „auto-satisfacere". Mulți copii au aflat despre această practică, fără ca totuși să ia în consideratie care sunt consecintele negative si pericolele acestei practici păcătoase. Masturbarea cu ejaculare (descărcare) a cauzat adesea adevărate nevroze.

Nuanța de „păcat" sau „vină" care este asociată actului masturbării cu ejaculare (descărcare) poate produce un gen de emoție precipitată sau stranie senzatie de frenezie, similară aceleia resimtite în cazul comiterii unei crime condamnabile. Teama poate avea atunci un efect excitant imediat, însa consecinta pe termen lung a senzațiilor de teamă este distrugătoare prin procesele de rezonanță profund nocive pe care această stare le declanșează în ființa noastră cu anumite energii subtile distructive din Macrocosmos.

Iată că în ultimii câțiva ani a apărut tendința de a trata deschis problemele legate de sexualitate. Printre acestea, masturbarea a devenit o temă despre care multi doresc să discute. Astfel, o analiză realizată asupra celor mai populare reviste pe teme de sexualitate indică cresterea interesului asupra acestui aspect negativ al sexualității. Ceea ce odată era denumit „viciu solitar", devine acum pentru unii o formă de „terapie", „un mod de a face dragoste", sau ajunge să fie considerată o importantă parte a repertoriului îndrăgostitilor care proclamă libertatea sexuală. Ce au de spus învățăturile orientale despre acest subiect variat?

Mai întâi trebuie să se realizeze o distinctie clară între masturbarea la femeie și masturbarea la bărbat. În al doilea rând, trebuie să știm că „masturbarea reciprocă" care este realizată fără ejaculare (descărcare) între un bărbat si o femeie care se iubesc nu este considerată masturbare în sine, ea fiind categorisită ca preludiu. Vom examina în cele ce urmează, cu minutiozitate, fiecare dintre aceste trei cazuri de masturbare.

Atât învățăturile taoiste, cât și cele tantrice, consideră că „sperma este cea mai prețioasă bogatie a unui bărbat". Iată de ce ea nu trebuie să fie niciodată risipită prin masturbare.

Studiile medicale afirmă faptul că ejacularea acestei esențe vitale în cazul unui bărbat care nu a ajuns încă la maturitate poate fi în detrimentul sănătății sale, ca urmare a eliminării unor importante substanțe din organism. Conform lui CHARAKA SAMHITA, „dacă un tânăr, ale cărui substanțe corporale nu sunt încă formate complet, practică masturbarea, el este în pericol de a-și pierde în scurt timp puterea și vitalitatea. Dacă el continuă această practică, organismul lui va fi foarte slăbit, iar organele sale interne vor fi, de asemenea, destul de afectate. Aceste efecte au loc în special până la vârsta de 16 ani, vârstă la care organismul bărbatului este complet format."

Masturbarea cu ejaculare (descarcare) în cazul unei ființe umane are consecințe multiple de natură fizică, emoțională și mentală. Respirației si imaginației le revine un rol major în cazul masturbării însotită de ejaculare (descărcare) care este practicată ca un exercitiu izolat. De asemenea, ar trebui să se știe că, deși auto-satisfacerea cu ejaculare poate avea un efect excitant imediat, beneficiul pe termen lung al masturbării în cazul unui bărbat este complet nul. Prin masturbarea cu ejaculare, rezervele fizice de spermă ale bărbatului se epuizează, în mod inutil, fără a exista posibilitatea ca ele să se refacă; cu alte cuvinte, în cazul masturbării cu ejaculare, nu există posibilitatea de a „compensa" în vreun fel epuizarea acestor rezerve foarte prețioase prin absorbția fluidelor vitale sau a energiilor de la femeia iubită. Orice formă de plăcere care apare în cazul masturbării cu ejaculare este de scurtă durată, fără a avea suportul unei fericite experiențe împărtășite în doi (în cazul continentei sexuale perfecte această stare de fericire este extraordinar de intensă) si a unui schimb profund binefăcător de energii. Practicile sexuale care sunt realizate cu transfigurare și continență, împreună cu o ființă umană de sex opus pe care o iubim, generează un gen particular de spatiu psihic paradisiac care rămâne fixat ca ceva unic și de neuitat în cadrul senzațiilor care sunt specifice centrului sexual. În plus, atunci simtim că există ascensiunea euforică si transformarea energiei creatoare grosiere în energii rafinate care ne fac să trăim veritabile stări de extaz amoros.

Dorința de masturbare poate fi stimulată de diverși factori. Ca urmare a activării centrului sexual, tânărul este atunci tentat să exploreze sexualitatea care se manifestă acum în ființa sa, jucându-se cu LINGAM-ul său fără a ajunge să ejaculeze; în acest fel el devine familiar cu mecanismele corpului său fără a urmări să-si descarce sămânța.

Această formă (fără ejaculare!) de explorare a sexualității proprii este totdeauna nedăunătoare pentru organism, în plus ea facilitând mai târziu controlul asupra impulsului de a ejacula (sau, cu alte cuvinte, pentru realizarea ulterioară a CONTINENȚEI SEXUALE). „Autoerotismul realizat însă întotdeauna fără ejaculare" poate ajuta imens tânărul bărbat în obtinerea controlului perfect asupra energiei sale sexuale (de altfel, să nu uităm că de fapt CONTINENȚA SEXUALĂ pe care o urmăresc yoghinii implică de asemeni controlul perfect asupra potențialului sexual). De asemenea, această practică dezvoltă constientizarea interrelației dintre respirație, gândire și emisia spermei. Toate acestea, dacă se opresc aici si nu apare <u>niciodată</u> ejacularea, contribuie gradat, din plin, la crearea unei încrederi temeinice în propria capacitate sexuală, fapt care, în cazul abordării continentei sexuale yoghine, constituie un aspect major al unei vieți sexuale sănătoase si fericite. Familiarizarea atentă a tânărului cu stadiile excitării ce preced ejacularea, îl poate învăța într-o anumită măsură cum să ajungă la controlul asupra sexualității sale în cazul abordării ulterioare a continentei sexuale yoghine. Obținând gradat acest control perfect, el va fi apoi pregătit când va aborda continența sexuală yoghină pentru a realiza experientele heterosexuale

transcendentale care sunt descrise în tradițiile taoistă și tantrică. Cheia fundamentală a controlului ejaculării o constituie retenția respirației și vizualizarea clară și fermă a energiei sexuale circulând și hrănindu-i organismul.

Învățăturile orientale sunt în unanimitate împotriva practicii masturbării cu ejaculare la bărbat. Scrierile orientale sugerează chiar ca bărbatul care trăiește separat de femeie să urmărească să practice posturi HATHA YOGA, meditația și exercițiile de respirație pentru a transmuta potențialul sexual în energie în interiorul ființei sale, iar după aceea să caute să sublimeze în mod armonios această energie. Statul pe cap, ca postură HATHA YOGA, respirația profundă, vizualizarea atentă a „corpului subtil" și emisia mentală repetată a MANTRA-elor, adorarea prin LAYA YOGA a Marilor Puteri Cosmice ajută foarte mult la sublimarea armonioasă a energiei sexuale în cazul bărbatului.

În cazul abordării continentei sexuale atât bărbatul cât și femeia trebuie să urmărească să realizeze cât mai armonios sublimarea energiilor rezultante; în cazul în care „Canalele Subtile" ale corpului sunt „blocate", energiile rezultante rămân în etajele inferioare fără a putea fi sublimate, un simptom curent al acestei situații fiind disiparea, zăpăceala și letargia extremă. În plus, în conformitate cu vederile taoiste și tantrice, doar sperma sănătoasă, cu aspect strălucitor este indicat să fie transmutată în energie și apoi sublimată în interiorul ființei. Această spermă este produsă ca urmare a unei diete yoghine (fără carne, tutun, cafea, alcool) și, de asemeni, prin intermediul unui stil de viață yoghin.

Un bărbat vital, viril și singur, care nu face deloc dragoste, poate ajunge în situația în care tensiunile sexuale să atingă punctul în care el trebuie să facă reale eforturi prin procedeele HATHA YOGA pentru a-și transmuta cât mai bine în energie potențialul sexual. Cu siguranță, sublimarea completă a energiei uriașe care rezultă prin transmutarea cu continență sexuală a potențialului său sexual nu este ușoară pentru un bărbat tânăr.

În lumea antică bărbații se căsătoreau de timpuriu, iar Arta Iubirii transfiguratoare, nesfârșite, cu continență, era cunoscută de unii dintre ei chiar de la începutul pubertății. Știind toate acestea ei începeau încă de atunci să-și transmute potențialul sexual în energie prin practica atentă a continenței sexuale. Simptomele fiziologice asociate în mod obișnuit cu „creșterea" organismului, cum ar fi furunculele, abcese, erupții ale pielii, constituie un indiciu sigur al tendinței de a manifestare a unui potențial sexual mare. În viziunea alchimică, energia vitală „mercurică" (sperma) se polarizează în cazul ABSTINENȚEI celor tineri, care au un potențial sexual mare, sub forma unei substanțe „sulfuroase" pe care atunci organismul o elimină prin piele.

În cazul celor care sunt pregătiți pentru a practica tehnici HATHA YOGA de transmutare și sublimare și care își propun o schimbare radicală a stilului lor de viață, amorul sexual transfigurator, nesfârșit, realizat cu continență, este foarte indicat pentru a atinge astfel o stare de fericire profundă și o detensionare. În cazul unui bărbat care nu realizează contact sexual cu o femeie, dacă sublimarea

energiei sexuale are loc prin procedeele specifice HATHA YOGA, acesta nu va simți deloc nevoia să recurgă la masturbarea cu ejaculare.

Sperma sănătoasă conține principii nutritive vitale, elemente finale, aminoacizi și vitamine care se află toate într-o formă structurală purificată. Cunoscând toate acestea ne putem da seama de ce sperma nu trebuie să fie niciodată risipită, deoarece ea constituie esența vieții, ea conținând totodată toate atributele spirituale și fiziologice ale bărbatului respectiv.

În sperma ejaculată, spermatozoizii rămân în viață în afara organismului pentru un anumit interval de timp. Această spermă nu trebuie să fie risipită și nici nu este bine ca ea să fie tratată cu dispreț. Tratatele tantrice afirmă faptul că, fiind atât de valoroasă, sperma trebuie să fie onorată. Se cunoaște în această direcție faptul că există o strânsă corelație psiho-fiziologică între bărbat și durata de păstrare nealterată a spermei sale după ejaculare.

Învățăturile orientale consideră masturbarea fără descărcare la femeie ca fiind un fenomen total diferit prin efectele sale, față de masturbarea cu ejaculare la bărbat.

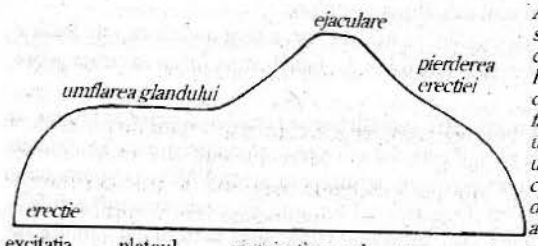
Diferența fundamentală între masturbarea fără descărcare la femeie și masturbarea cu ejaculare la bărbat este dată de cantitatea aproape nelimitată de esență YIN (-) existentă la femeie în comparație cu esența YANG (+) finită care se găsește în spermă la bărbat. Organismul feminin, în cazul masturbării fără descărcare este revigorat, iar elementele sale vitale sunt refăcute și echilibrate după încheierea unui ciclu lunar. În decursul unei luni, femeia vitală și senzuală este revitalizată și hrănită prin propria sa ființă, prin armonia sa interioară care operează totdeauna la unison cu acțiunea energiilor Lunare.

Femeia întruchipează simțurile în forma lor exaltată, iar narcisismul este un aspect natural în cazul unei femei. Cele „Nouă Sufluri ale Femeii" sunt hrănite prin eliberarea și efervescența energiei subtile erotice în interiorul organismului femeii. Autoerotismul fără descărcare la femeie duce la amplificarea fluxului esenței YIN (-) și o ajută pe aceasta să obțină controlul asupra reflexelor sale sexuale, permițându-i ca atunci când face dragoste cu continență să poată atinge stări prelungite și multiple de orgasm fără descărcare.

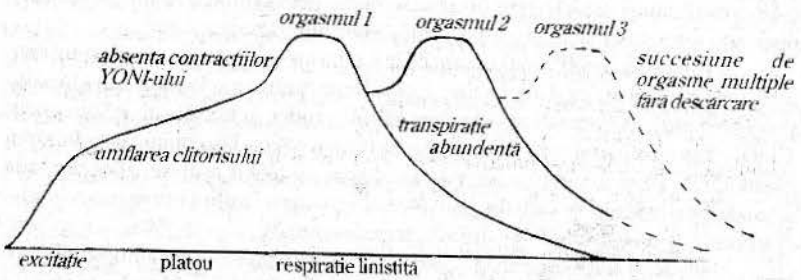
În cazul femeilor există o serie de metode eficiente de auto-satisfacere fără descărcare; de exemplu, prin mișcări rotative simple se stimulează centrul sexual și mai ales clitorisul. Unele femei pot atinge orgasmul fără descărcare prin mângâierea lentă și tandră a unor părți ale corpului lor, în special sânii și YONI-ul. În cazul femeii, chiar respirația profundă și ritmică o poate conduce de asemeni la orgasm fără descărcare, ca și fantezia sa erotică, de altfel. YONI-ul este poarta spre Templul femeii, iar masturbarea fără descărcare este modul în care o femeie își poate îmbogăți considerabil propriul erotism și chiar poate mulțumi Marilor Puteri Cosmice cu care ea poate lua astfel legătura în ființa sa.

După ce prin transmutația biologică a potențialului ei sexual, esența YIN (-) a fost trezită în ființa unei femei, aceasta trebuie să fie satisfăcută și armonios

sublimata. În cazul unei femei este necesar un interval ceva mai lung de timp pentru ca ea să se excite decât în cazul unui bărbat, însă odată stimulată și trezită, femeia poate trăi astfel multe orgasme succesive fără descărcare. Atitudinea sa mentală atunci este cea mai importantă. În ființa femeii care atinge astfel orgasmul fără descărcare pot apare „valuri de beatitudine", care îi înalță Mintea în Transcendental spre noi înălțimi. Culmile extazului realizat prin orgasm fără descărcare sunt atinse mult mai ușor în cazul unei femei vitale și foarte senzuale, decât în cazul unui bărbat. Iată mai jos cum este ilustrată grafic natura orgasmică multiplă fără descărcare a femeii și totodată prezentăm o comparație între orgasmul feminin fără descărcare (CU CONTINENȚĂ!) și orgasmul masculin cu ejaculare (FĂRĂ CONTINENȚĂ!).



Această diagramă ilustrează stadiile care conduc la orgasmul cu ejaculare în cazul bărbatului. Excitarea sexuală în acest caz cunoaște o amplificare bruscă în faza inițială a preludiului, care este urmată de un platou și apoi urmează un nivel de vârf pe măsură ce se apropie ejacularea care se declanșează imediat după ce este atins orgasmul.



Diagramă care ilustrează stadiile ce conduc la orgasmul feminin fără descărcare. Excitarea se amplifică în acest caz constant, ajungând la un vârf și generând după aceea o serie de trăiri plăcute foarte intense în cascadă ce corespund orgasmelor multiple fără DESCĂRCARE.

Satisfacerea de una singură în cazul femeii nu necesită introducerea în YONI a unui obiect care trebuie să prezinte forma unui LINGAM. Textele indiene străvechi sugerează faptul că anumite substanțe organice naturale, cum ar fi unele fructe sau vegetale, sunt mult mai indicate decât niște substitute artificiale. Unul

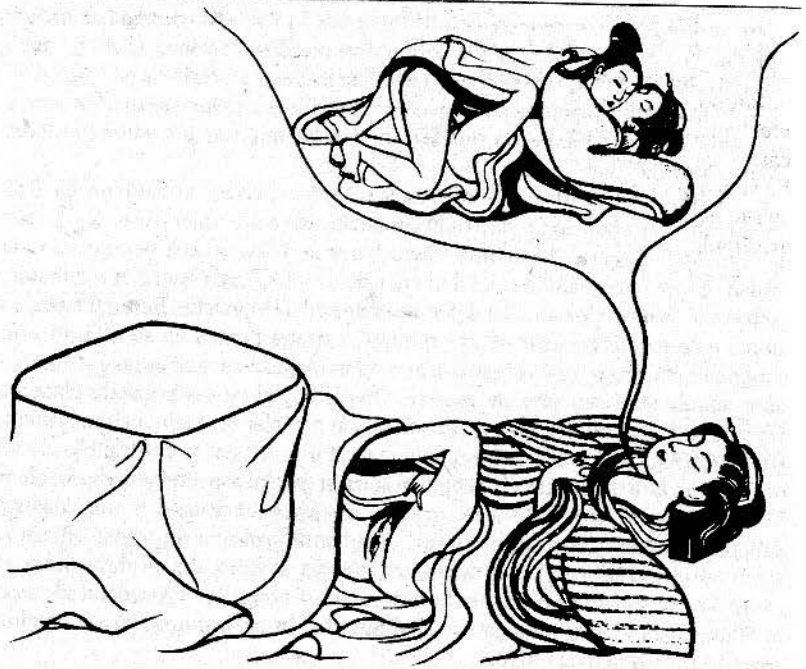
dintre aceste texte recomandă ca substitut pentru LINGAM o tulpină de plantă, care după ce este înmuiată în apă fierbinte se mărește ca volum și atunci când este introdusă în YONI face să apară o senzație foarte plăcută de răcoare și finețe.

În China și Japonia s-au creat o varietate de instrumente sexuale în scopul auto-satisfacerii femeii. Pe acestea le vom descrie integral în capitolul intitulat „Ajutătoarele sexuale".

Importanța uriașă a atitudinii mentale privind masturbarea fără descărcare nu trebuie să fie prea mult subliniată. În cazul explorării acestei forme de sexualitate pe care o constituie masturbarea fără descărcare, deoarece există transmutarea potențialului sexual în energie și sublimarea energiei rezultante, nu trebuie să intervină absolut deloc sentimentul de vinovăție. Rețineți faptul că atunci este foarte necesar să vă orientați aspirația pentru ca să utilizați prin sublimare energia sexuală creatoare în scopuri înalte și nu doar pentru obținerea unor simple stări senzuale de plăcere. Oferiți atunci cu generozitate plăcerea sexuală resimțită lui SHIVA, vizualizându-l cât mai clar la nivelul ochiului minții (AJNA CHAKRA). Consacrați neconditionat valurile de beatitudine trăite în cursul orgasmului fără descărcare în scopul hrănirii și trezirii aspectelor divine și chiar Marilor Puteri Cosmice care trăiesc în Microcosmosul ființei voastre. Amplificați-vă la maxim prin energia rezultantă aspirația de transformare și spiritualizare a ființei. Lăsați adeseori energia sexuală din propria ființă să ascensioneze spre a vă revela ceea ce este sublim și nepieritor. Procedând adeseori în felul acesta vă veți îmbogăți Corpul Subtil și în același timp vă veți vitaliza corpul fizic, psihicul și mintea.

Fantezia la femeie reprezintă un element important al masturbării fără descărcare. Fantasmele perverse, datorită proceselor malefice de REZONANȚĂ pe care le declanșează în ființa femeii respective, pot avea după aceea efecte psihice și mentale negative, generând în ființă probleme complicate. Fantezia binefăcătoare creatoare, pozitivă, asociată masturbării fără descărcare trebuie cultivată, deoarece aceasta va cauza procese binefăcătoare de REZONANȚĂ cu

O chinezoaica utilizând un LINGAM artificial care este fixat de piciorul ei. Desen realizat după o pictură chinezească din timpul dinastiei Ming.



Fantezie sexuala sau vis sexual, descris ca fiind generat in regiunea interioara a gâtului. Desen realizat după o pictura japoneza din sec. al XVIII-lea.

energii subtile din Macrocosmos. Astfel, femeia il va vizualiza atunci pe SHIVA ca idealul yoghin unindu-se amoros întim cu ea, cu continenta, sau se va vizualiza pe sine făcând dragoste transfigurator, nesfârsit si cu continenta cu idealul sau de lubit-arhetipal.

În Japonia si China există unele obiecte traditionale care reprezintă LINGAM-ul sotului care sunt uneori realizate din carapace de broască testoasa, din corn de animal sau din lemn, având chiar numele sotului înscris pe ele, cât mai frumos. Asemenea obiecte sunt îngrijite și păstrate cu multă atentie într-o cutie construită special pentru aceasta. Soția utilizează acest obiect, numit Harikata, pentru a se masturba fără descărcare sau pentru a face dragoste cu celelalte amante ale căminului familial, prima soție asumându-si atunci rolul de bărbat. Astfel, în cursul unei absente prelungite a sotului, această practică constituia un mod care era considerat normal de auto-satisfacere fără descărcare pentru sotii, aceasta incluzând atunci obiectul ce substituia prezența concretă a sotului. Pentru a introduce un astfel de obiect în YONI, acesta trebuie să fie în prealabil foarte bine „energizat" prin meditatie, invocare si consacrare, astfel

încât să se ajungă să fie considerat ca fiind SHIVA-LINGAM-ul cel permanent erect, simbolul cosmic al infinitului extaz si al transcendentei. Masturbarea reciprocă, fără a se ajunge niciodată la orgasm cu DESCĂRCARE, care se realizează între mai multe femei, poate fi utilizată cu succes pentru a trezi și a potența la fiecare dintre ele mult mai mult esența vitală. Sexualitatea fiecărei femei care participă la astfel de jocuri amoroase fără descărcare este armonios trezită și stimulată în acest caz, însă cu conditia ca atitudinea mentală referitoare la amor să fie hrănitoare și nu vampirică.

În cazul în care are loc circulatia armonioasă și schimbul de esenta YIN(-) CU ORGASM FĂRĂ DESCĂRCARE, între femei vitale, frumoase și senzuale, la scurt timp după aceea va apare la fiecare dintre ele dublarea senzualității, a potențialului sexual și accentuarea feminității care se va manifesta după aceea liber în întregul organism al fiecăreia dintre acele femei. Ca urmare a acestor practici, femeile care iau parte la mângâierea, masajul erotic sau masturbarea reciprocă FĂRĂ DESCĂRCARE devin mai generoase, mai altruiste și mai pline de compasiune, iar corpurile lor manifestă după aceea felurite calități feminine care vor fi mult mai accentuate. Există, de altfel, o tendință naturală către o mare intimitate între femei, o tendință de a-și împărtăși și cele mai ascunse trăiri, idei, fantasme, sentimente, aspecte care rareori pot fi întâlnite la bărbati. La baza tuturor acestor manifestări senzuale, amoroase între femei trebuie să se afle totdeauna iubirea.

Textele taoiste consideră că atunci când femeile își împărtășesc pline de afectiune și generozitate secretele, înfățișarea lor devine foarte limpede, strălucind ca Luna plină, iar ochii le sunt mult mai vii și luminoși."

O scriere tantrică afirmă faptul că „lucrurile delicate devin mult mai delicate atunci când sunt realizate împreună, precum în cazul femeilor; iar lucrurile dure devin mult mai dure când sunt realizate împreună, precum în cazul bărbatilor".

Cu toate că noi considerăm că asemenea practici sunt profund nocive, merită să menționăm că în diverse triburi africane, masturbarea reciprocă este permisă între băieți, ea fiind în mod aberant considerată ca și componentă a riturilor pubertale. Însă chiar și acolo, după adolescență, masturbarea reciprocă între bărbati este condamnată.

De asemenea, fondarea unor societăți secrete de magie neagră avea loc adeseori prin anumite rituri satanice de masturbare cu ejaculare care erau realizate între bărbați și care celebrau astfel puterea mortii. Cu toate acestea, în nici una din învățăturile mistice orientale profunde nu se pretind asemenea practici de masturbare reciprocă, atât timp cât adevărata experiență transcendentală este trăită alături de forța feminină, SHAKTI, care în jocul interacțiunii polare este considerată Suprema Forță. Deși exemple de masturbare reciprocă între bărbati apar în cadrul ocultismului malefic, degenerat, acestea sunt fără îndoială de o clasă foarte joasă și ele sunt asociate cu riturile de magie neagra

Masturbare reciproca realizata în cadrul unui joc amoros cu continență în care se evită totdeauna EJACULAREA la bărbat si DESCARCAREA la femeie. Desen realizat după o pictură chinezească din sec. XIX.

realizate în scopuri mai degrabă egoiste decât transcendentale.

Un al treilea caz - cadrul heterosexual - masturbarea asa-zis reciprocă si care nu provoacă niciodată EJACULARE la bărbat sau DESCĂRCARE la femeie nu reprezinta o masturbare cu adevărat, ci este mai degrabă un preludiu minunat care va putea conduce, în cazul amorului realizat cu continență, la penetrare si orgasm fără ejaculare si fără descarcare care va fi atunci plenar trăit în doi. Adesea, masturbarea reciprocă în acest cadru intim este asociată cu sexul oral realizat reciproc, caz în care amândoi vor putea să trăiască zeci de orgasme dar fără a ajunge niciodată vreunul din ei la EJACULARE sau la DESCĂRCARE. Atunci când esenta YANG (+) masculină este absorbită în ființa unei femei, aceasta esență YANG (+) devine, prin transmutare, YIN (-). Esenta YIN (-) feminină absorbită de bărbat se transformă, prin transmutare, în energie YANG (+) plină de forță. Masturbarea reciprocă în context heterosexual fără a ajunge niciodată la orgasm cu ejaculare sau descarcare reprezintă una dintre cele mai importante căi de armonizare a esentelor vitale, psihice si mentale ale celor doi iubiti.

Diverse lucrări moderne asa-numite tantrice tratează aproape exclusiv problema învățării metodelor prin care poate fi prelungit orgasmul fără EJACULARE (în cazul bărbatului) sau fără DESCARCARE (în cazul femeii) prin intermediul masturbării controlate individuale sau reciproce (dar numai într-un cuplu de sex opus). Ideea acestei practici constă în masturbare până la atingerea orgasmului fără ejaculare (în cazul bărbatului) și fără descărcare (în cazul femeii), moment în care se exercită auto-controlul perfect prin „retentia" spermei sau prin „retentia" potențialului sexual al femeii.

Este însă de datoria noastră să amintim că textele tantrice străvechi nu susțin în nici un fel acest mod LIMITAT și PARȚIAL de a privi lucrurile. Conform textelor tantrice străvechi, controlul perfect al orgasmului se obtine cel mai usor în cazul unui cuplu (de sex opus) în care amândoi iubitii sunt suficient

de pregătiti prin intermediul procedeelor respective HATHA YOGA. În cazul în care unul dintre cei doi iubiți (acesta este mai ales cazul bărbatului) nu este deocamdată capabil să realizeze perfect continența sexuală se indică o perioadă de 3-6 luni de ABSTINENȚĂ, interval în care el se va antrena sistematic să devină un PERFECT CONTINENT. În cazul abordării hotărâte, de către un bărbat sau de către o femeie, a unei anumite perioade de abstinență care poate fi de 1-3-6 sau chiar 9 luni, tehnicile de PRANAYAMA, posturile HATHA YOGA si meditatia servesc toate din plin transcenderii limitărilor date de supra-abundenta preocuparilor legate de sexualitate, fără a mai lăsa atunci să se manifeste absolut deloc necesitatea de a cultiva masturbarea (chiar dacă ea este realizată fără EJACULARE/DESCĂRCARE) ca supapă de detensionare interioară.

Sperma este diminuată odată cu înaintarea în vârstă. Ea scade foarte mult si datorită anxietății, stressului, surmenajului, postului alimentar exagerat, prin penetrare sexuală deasă care este mereu însoțită de ejaculare si prin masturbare nebunească în urma căreia sămânța este scăpată. Prin risipire prostească, prin teamă, prin suspiciune, prin egoism, prin lipsa iubirii, prin lăcomie, prin tendința de a vedea defectele celorlalti, prin absenta răspunsului din partea unei femei cu care el face dragoste, dar care nu este trezită sexual, neacordând suficientă atentie si interes amorului si sexualității si prin abstinența sexuală prelungită la extrem, bărbatul devine astfel incapabil de a mai avea contact sexual.

CHARAKA SAMHITA

Bărbatul puternic si viril este intens dinamizat prin intermediul fortei vitale specifice a femeii; atunci Tulpina sa de Jad (LINGAM-ul) se ridică si este impulsionată să actioneze. Femeia puternică si senzuală este intens dinamizată prin intermediul fortei vitale specifice a bărbatului; atunci elixirul magic al Cavității sale Secrete (YONI-ul) începe să se reverse. Acestea sunt senzațiile firesti de excitare care sunt produse prin calitățile naturale ale fortelor subtile masculine (+) si feminine (-) din Macrocosmos, care se manifestă în nenumărate moduri, prin fiecare femeie sau bărbat. Aceste trăiri spontane (care reflectă declansarea unor procese complexe de REZONANȚĂ, n.t.) reprezintă ceva care nu poate fi imitat sau obținut prin simpla voință umană.

ISHIMPO

Nu ejacula niciodată decât NUMAI ATUNCI CÂND VREI SĂ AI COPII. Chiar si atunci, nu-ti elimina sperma cu forța, ca atunci când arunci ceva din înaltimi. Procedând astfel, ca un neghiob, vei supăra cele cinci elemente corporale primordiale, (PĂMÂNTUL, APA, FOCUL, AERUL, ETERUL) si îti vor fi afectate canalele (NADI-urile) prin care circulă energia vitală, iar aceasta va da nastere după aceea feluritelor dureri care vor fi o consecință inevitabilă a acestei fapte ale tale.

ISHIMPO

FRĂȚIA SUPERIOARĂ A BĂRBAȚILOR PUTERNICI ȘI VIRILI

Există o tendință naturală, specifică bărbaților puternici și armonioși, de a se înfrăți. De asemenea, între bărbați poate să existe o mare afecțiune, spirit de întrajutorare fraternă, și o exemplară loialitate, fără ca acestea să implice vreodată necesitatea contactului sexual sau apariția unor tendințe homosexuale.

Tantra vorbește adeseori despre sentimentele de frăție, de prietenie profundă și de afecțiune pregnant umană care apar între bărbați, considerând că toate acestea creează o stare superioară, profund SOLARĂ (+) de unitate între bărbați, ajutându-i prin câmpul colectiv foarte puternic YANG (+) care apare atunci să se „sudeze" într-un tot, pentru ca să depășească împreună cu ușurință diversele probleme. Experiențele sublime, spirituale împărtășite atunci de toți bărbații conduc după aceea la o mai bună înțelegere. Nimic nu poate uni bărbații între ei mai bine decât participarea tuturor la o activitate dinamică, binefăcătoare, creatoare, solară. Astfel, în trecut, bărbații vânau, munceau și mergeau împreună la turniruri, iar ca rezultat al acestor activități predominant virile care le trezea bărbăția și spiritul de inițiativă ei au creat o serie întreagă de grupări și frății, frății pure care îi ajutau foarte mult să-și trezească și să-și dinamizeze solaritatea. În zilele noastre se manifestă o scădere a ponderii activității fizice, însă din nefericire bărbații participă astăzi mai mult la competiții sportive cu o tentă agresivă și unii dintre ei cooperează în diverse activități economice și în afaceri. În societatea de astăzi, în general, există mai puține posibilități pentru ca un bărbat să-și manifeste sau să-și transforme energia sexuală prin transmutarea și sublimarea ei în etajele superioare ale ființei. Termenul freudian „libido" se referă mai ales la dorințele și pulsiunile emoționale care determină și impulsionează orice activitate specific umană, în special sexuală. Libidoul reprezintă „impulsul sexual" brut „focul mobilizator care circulă prin sânge". De-a lungul istoriei, libidoul manifestat în sferele cele mai înalte ale ființei datorită SUBLIMĂRII a fost forța solară elevată care a unit bărbații.

În cazul în care energia potențială KUNDALINI este netransmutată și nepolarizată ea se manifestă adeseori în exterior sub formă de neastâmpăr și agresivitate. Energia sexuală, clocotitoare și agresivitatea se manifestă adesea împreună în cadrul frățiilor pure care se constituie între bărbați. O serie de popoare primitive au folosit energiile sexuale care erau sublimate prin diferite acțiuni mobilizante NON SEXUALE ce erau realizate în grup de bărbați pentru a fixa direcții solare de acțiune, principii, obligații și pentru a întări coeziunea în cadrul comunității acestora. Aceasta se realiza uneori prin ritualuri secrete de inițiere, dar niciodată aceasta nu implica vreo activitate homosexuală. De asemenea, ritualurile de circumciziune care sunt specifice anumitor triburi africane sunt adeseori strâns legate de conceptul de frăție superioară a bărbaților. Se cunoaște de către yoghini faptul că o activitate fizică încordată sau dificilă conduce aproape întotdeauna la anumite fenomene de transmutație biologică care fac să rezulte stări de energizare care sunt însoțite de eliminarea apei din organism, transpirația apărând atunci din abundență pe întreaga suprafață a corpului.

Simbolistica tainică a focului și a apei se regăsește în tradițiile oculte și reprezintă o parte integrantă a ritualurilor secrete de inițiere ce vor pune bazele unei frății superioare a bărbaților. Chiar și războiul care este o angrenare virilă deviată se caracterizează prin posibilitatea de a schimba elementele foc și apă: agresivitatea aprinsă care se manifestă atunci produce transpirație, sângerări și adesea prea multe lacrimi. Războaiele au avut loc adesea ca urmare a nevoii de a manifesta în exterior agresivitatea pe care o acumulau în ei și nu o sublimau deloc bărbații. Atunci când libidoul la bărbați devenea foarte ridicat și el nu era canalizat prin intermediul practicilor sexuale transfiguratoare, nesfârșite și a realizării fuziunii amoroase cu continentă bărbații găseau, inconștient, o mulțime de pretexte pentru a declanșa un război. Dorințele emoționale și pulsiunile, trebuie ori să fie exprimate în felurite moduri, ori să fie armonios sublimate, deoarece ele nu pot fi suprimate permanent. În trecut, o serie întreagă de frății virile între bărbați s-au format ca urmare a participării lor împreună la bătălii iar adevărata cauză a creării acestor frății a fost adesea uitată.

Azi Islamul este una dintre cele mai recente culturi care a apărut pornind de la dorința de a manifesta preponderent în exterior energia sexuală. Frăția islamică a pierdut însă astăzi urma aspirației mistice originale a principalului său profet, Mahomed, iar de-a lungul istoriei femeile Islamului au ajuns să poarte povara acestei pierderi. Deși frăția creată de Islam a transformat într-o oarecare măsură fața întregii lumi, aceasta încă nu este capabilă să recunoască baza sexuală a propriei sale existențe ca fenomen. Islamul poate să înceteze de a mai fi o religie a fortei, doar transformându-se într-o adevărată experiență transcendentală, ori aceasta va fi cu putință numai dacă el se va elibera de tradiția sa stabilită de veacuri, care a considerat că trebuie să atribuie femeii un rol inferior bărbatului. Frățiile superioare tantrice se bazează pe împărtășirea convingerilor și a aspirațiilor sufletești. Dorința de a te elibera de nesfârșitul șir de nașteri și morți, de a fi liber de orice suferință, chiar și de sentimentul morții, constituie premisa germinativă a unei adevărate frății tantrice care poate să fie profund binefăcătoare și reală în această Epocă Întunecată care este plină de materialism.

Realizarea împreună a practicilor de HATHA-YOGA, a meditațiilor și a ritualurilor tantrice poate constitui baza unei superioare frății tantrice, a bărbaților puternici care prin procesele de REZONANȚĂ declanșate va putea acționa eficient ca o atotputernică energie transformatoare în Noua Epocă.

Există o veritabilă frăție superioară a tantricilor virili, puri și curajoși care așteaptă de mult timp să fie adusă la viață. Această frăție superioară a bărbaților puternici se va trezi atunci când sfârșitul lui KALI YUGA se va apropia. Recunoscând plini de iubire și înțelepciune forța gigantică a Principiului Feminin al vieții, Frăția Superioară Tantra care va fi alcătuită din bărbați puri, înțelepți și foarte puternici, va transforma cu ușurință această lume profană. Iar în momentul de extaz când această Epocă se va transforma pe deplin în Zorii Epocii Divine care-i urmează, acei credincioși și puternici aspiranți ai căii iubirii, compasiunii și altruismului își vor atinge fără îndoială țelul. KAULA TANTRA

HOMOSEXUALITATEA MASCULINĂ ȘI PERICOLELE SALE

Unele picturi rupestre preistorice figurează bărbați angajați în ceea ce pare a fi homosexualitate masculină. În unele dintre acestea ei poartă măști care simbolizează niște capuri de animale. Imitarea sau mimarea comportamentului animalelor cu scopul de a dobândi astfel unele puteri magice de dominare asupra lor este o practică, în general, obișnuită la popoarele primitive. Pare foarte probabil ca homosexualitatea masculină care este ceva pervers și degradant să fi apărut mai întâi în grupurile de vânători care au „copiat" și „ritualizat", datorită ignorantei, copulația animală (penetrarea „pe la spate"). Asemenea acte de magie neagră, abjecte, aberante, erau probabil considerate ingredientul esențial pentru asigurarea unei vânători reușite.

SET, fratele lui HORUS. Încrustație egipteană antică.

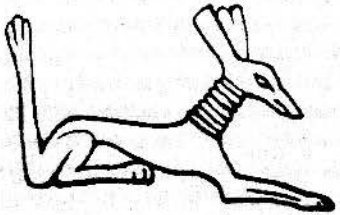
Indienii din preeriile Americii de Nord practicau stranii și perverse ritualuri homosexuale în timpul „Dansului Bizonului", scopul principal al acestora fiind de a „autoriza" vânătoarea printr-un proces malefic de magie neagră, imitativă. Indienii credeau, în ignoranța lor crasă, că acest proces era obligatoriu necesar pentru ca spiritul lor protector, ancestral să trimită după aceea un bizon în teritoriul lor. În cadrul acestui ritual, șamanul pactiza inconștient cu forțele răului și chiar juca rolul unui demon care trebuia mai întâi să eșueze în atacurile sale asupra femeii tribului, pentru ca apoi să fie învins și după aceea să fie violat de bărbații dansatori, deghizați în bizoni.

Există în această direcție un mit egiptean antic care povestește cum SET, unul din fiii lui ISIS și OSIRIS, l-a invitat odată pe fratele său HORUS să-și petreacă noaptea împreună cu el. Ei au împărtășit atunci același pat, iar noaptea SET a încercat să abuzeze sexual de HORUS, care s-a trezit la timp pentru a împiedica astfel pătrunderea spermei acestuia în corpul său. SET a fost acuzat și judecat pentru ofensa adusă fratelui său, deoarece acest abuz abject era considerat ca fiind permis doar ca formă de răzbunare împotriva învinșilor în razboi. Conflictul HORUS-SET este portretizat acolo ca o eternă dispută între puterile binelui și răului. În Egipt, figura lui SET personifica deloc întâmplător principiul răului; având corp de câine, nasul lung, urechi ascuțite și o coadă puternică, SET era adeseori invocat în ritualurile de magie neagră. Scriitorul grec PLUTARH afirmă că testiculele lui SET au fost smulse de HORUS, care i-a limitat astfel mult puterea. PLUTARH adaugă: „Egiptenii i-au ridicat apoi o statuie lui HORUS în cinstea acestui eveniment. Aceasta îl reprezenta pe HORUS ținând în mână organul sexual al lui SET, prin aceasta el împiedicând astfel tentativa acestuia de abuz sexual."

Homosexualitatea era condamnată în mod ferm în Egiptul antic, deși

există unele indicii că ea era practicată de militari ca un ritual abject și umilitor de supunere a prizonierilor. Ea a început să apară ceva mai frecvent odată cu degenerarea clerului și se considera că această degradantă practică în rândurile lor a condus rapid la slăbirea puterii lor oculte. Cultele infernale care promovau homosexualitatea masculină ca pe un rit secret de magie neagră au început apoi să prolifereze. Practicile perverse, homosexuale erau de asemenea promovate în rândul preoților babilonieni, fiind adeseori acuzate pentru faptul că provocau pierderea masivă și rapidă a puterii oculte. În AVESTA, cartea sacra a Mazdeismului (religia iraniană antică), profetul ZARATHUSTRA expune conversația sa cu AHURA MAZDA, zeul Luminii, în care ultimul declară: „Un bărbat care se unește sexual cu un alt bărbat, jucând fie un rol activ, fie un rol pasiv, intră astfel imediat în legătură cu lumea degradată a demonilor și repetând acest mare păcat el va ajunge să devină un demon. Un asemenea gen de bărbat aduce astfel, chiar fără să știe, jertfe demonului, devine incubul demonului, demon care va fi sucubul acestuia și din această cauză el nu este cu nimic mai presus decât un demon." Evreii au, la rândul lor, o viziune asemănătoare asupra homosexualității masculine, considerând că această abjectă obișnuință este originară din ținutul CANAANULUI și ei au clasificat-o ca fiind „viciul mizerabil al câinilor".

În Grecia antică, cu toate că era o perversiune degradantă, homosexualitatea masculină era ridicată aproape la rangul de instituție. Există însă din timpuri străvechi un tip de pederastie printre militari, care se considera că era legată de activitățile războinice. În Sparta, HOMOSEXUALITATEA masculină era considerată ca fiind o parte a sistemului educațional și era privită ca o „inițiere" esențială în militarie. În Creta, legea proteja homosexualii bărbați, stabilind și chiar evidențiind modalitățile de „corectă abducție a băieților tineri" (abducție = mișcare specifică a mușchiului abductor, care în felul acesta face trimitere la actul pervers al penetrării anale a bărbatului, n.t). În Atena, homosexualitatea era rezervată bărbaților tineri, fiind interzisă sclavilor. Deși scriitorii greci au urmărit să promoveze sublimarea homosexualității masculine, aceasta a condus adesea la forme magice de cult, care erau bazate pe înțelegerea greșită a misterelor egiptene. Libertatea homosexuală deplină poate fi asociată, deloc întâmplător, cu declinul Greciei. Începând cu secolul I, viciul homosexualității masculine a „înflorit" la Roma; prostituția masculină s-a dezvoltat din plin acolo la o scară extraordinară și astfel iată că s-a prăbușit un alt mare imperiu.



Câinele lui SET. Încrustație egipteană antică.

Distrugerea Sodomei și a Gomorei este descrisă în termeni aproape identici în Biblie și în Coran. Creștinismul timpuriu a luat o fermă și îndreptățită atitudine anti-homosexuală, folosind uneori Roma drept exemplu pentru a ilustra astfel efectul nefast al

homosexualitatii legiferate asupra unui popor. Desi Coranul condamna intr-un mod clar si foarte specific homosexualitatea masculina, acest viciu ingrozitor a dobândit o pozitie ferm ancorata în cultura musulmana. Practic aproape întreaga poezie turcă, arabă sau persană, este „colorată" de teme homosexuale masculine. Cuceririle arabe au fost întotdeauna asociate cu violarea femeilor şi cu „abductia" tinerilor băieti. SALADIN, adversarul lui RICHARD INIMĂ DE LEU in Cruciada pentru Tara Sfântă, era homosexual, iar cruzimea lui în bătălie a fost rareori întrecută. Frătia islamică s-a răspândit larg prin puterea sabiei. Într-o societate atât de predominant patriarhală, Principiul Feminin creator a fost degradat şi adus la un statut neinsemnat. Învătăturile ezoterice tantrice arată că dacă o femeie este tratată cu agresivitate şi brutalitate, fiind lezată fizic, vital, psihic sau mental în timpul uniunii sexuale, atunci orice copil de sex masculin care va fi conceput cu acel prilej va avea din această cauză puternice tendinte homosexuale. Sexul anal cu o femeie, urmat de o copulatie normală, care după aceea se încheie cu EJACULARE, este considerat ca fiind unul dintre mijloacele sigure de concepere a bărbatilor homosexuali.

Functia biologică a agresivitătii sexuale masculine este aceea de a impresiona femeile şi de a îndepărta în acelasi timp de la acestea rivalii. Scopul său nu a fost niciodată acela de a leza Principiul Creator Feminin. Agresivitatea sublimată sub forma luptelor amoroase jucause între iubiti poate fi şi ea integrată în sexualitate, însă aceasta se realizează atunci pentru a crea plăcere în spiritul jocului erotic, acordând fără încetare consideratia cuvenită sfinteniei femeii.

Teoria freudiană formulează ipoteza că homosexualitatea masculină este, în general, rezultatul relatiei dintre o mamă dominantă, exagerat de protectoare şi un tată slab şi nepăsător. Copilul este astfel privat de modelul masculin, fiind totodată coplesit şi înspăimântat de compania femeilor. Desi este posibil ca experientele profund traumatice din copilărie, care sunt legate de relatiile cu femeia să producă adeseori tendinte homosexuale la un bărbat, acestea se constituie rareori într-o cauză suficientă. Tendintele homosexuale se dezvoltă mult mai des ca un rezultat al unui dezechilibru al hormonilor sexuali, care poate fi cel mai adesea cauzat de frică. Secretia hormonilor este, după cum se ştie, controlată de glanda pituitară, care se află situată la nivelul capului. Expunerea armonioasă şi firească la stimuli sexuali conduce atunci la mărirea cantitătii de hormoni sexuali secretati. Teama, stressul, suspciunea, absenta iubirii, egoismul, ura, răutatea, orgoliul şi anxietatea cauzează diminuarea rapidă a nivelului de testosteron. Când acesta este însă produs în exces, el atrage după sine o imperioasă nevoie sexuală şi adeseori chiar face să apară o puternică stare de agresivitate. S-a demonstrat că în cazul criminalilor care sunt caracterizati de o violentă accentuată, nivelul testosteronului este mult mai înalt decât în cazul altor criminali (desi crima este o violentă în sine, n.t). Hormonii sexuali sunt secretati de mai multe glande ale corpului, de gonade sau în particular de glandele sexuale. Estrogenul sau progesteronul sunt „replica" feminină a testosteronului. Toti hormonii există însă la ambele sexe, dar în proportii diferite.

Homosexualitatea masculină pare a fi determinată în mare parte de unele dezechilibre ale nivelelor hormonale din corp. Cauza acestui dezechilibru biochimic poate fi subconştientă, însă efectul lor biologic este o puternică perturbare. Studii recente efectuate asupra unor bărbati homosexuali sugerează că ei sunt, de fapt, „bărbati cu un chimism hormonal si cu minte de femeie". În general, ei au o cantitate redusă de spermă şi de hormoni sexuali masculini, în schimb bărbatii homosexuali care sunt dominanti şi agresivi prezintă niste nivele excesiv de înalte ale acestora.

„Desen realizat după o incrustatie pe stâncă care reprezintă un bărbat care penetrează sexual un animal. Dintr-o peşteră cu relicve preistorice, VAL CARMONICA, Italia.

S-ar părea că bărbatul homosexual agresiv, care are de obicei un asa-zis „iubit" mai tânăr, mai pasiv, caută să echilibreze si să manifeste exterior focul interior care-l „consumă" - al energiei KUNDALINI. Când focul cel chinuitor al lui KUNDALINI este haotic manifestat şi NESUBLIMAT, această pulsiune stihinică, se exprimă cel mai adesea prin agresiune fată de ceilalti. Aceasta este o „cheie" foarte interesantă pentru a întelege relatia dintre sex şi agresivitate, acest aspect explicând şi de ce homosexualitatea masculină este aproape întotdeauna legată de cuceririle militare. Prin urmare, dacă agresivitatea este împinsă la extrem, ea conduce la un accentuat dezechilibru hormonal, care, la rândul său, provoacă după aceea grave probleme sexuale. Un bărbat trebuie să-si sublimeze, pe cât posibil, integral, agresivitatea prin muncă fizică, dragoste, sport, afaceri si, în cazul ideal, prin transmutare biologică şi sublimare armonioasă care sunt cel mai usor realizate prin procedee yoghine. Textele tantrice pun uneori accentul pe anumite vizualizări ale unor entităti furioase, ale căror naturi interioare sunt însă imaginate ca fiind pline de iubire şi compasiune. Aceasta simbolizează atunci, în mod tainic, felul în care energia KUNDALINI „brută" poate fi îmblânzită (de fapt SUBLIMATĂ!) prin procese psihice şi fiziologice. Acest aspect dezvăluie o taină majoră din Tantra şi ne permite să întelegem METODA prin care pot fi ajutati bărbatii homosexuali care doresc să-si transforme comportamentul sexual pentru a ajunge să renunte definitiv la acest cumplit viciu.

Barbatii homosexuali sunt fie foarte agresivi (atunci când joacă rolul „bărbatului"), fie foarte pasivi (atunci când joacă rolul „femeii"). De obicei, pe măsură ce bărbatul homosexual îmbătrâneşte, el are tendinta de a trece de la rolul pasiv la cel agresiv. Studiile realizate indică adesea o extremă promiscuitate în cazul bărbatilor homosexuali care au, pe parcursul unei vieti, „o mie şi unul" de parteneri, cei mai multi fiindu-le absolut străini. Părtile principale ale anatomiei masculine care sunt cel mai adesea supuse admiratiei homosexualilor ca fiind foarte excitante sunt pieptul.

fesele si organele genitale, ele prezentându-se exact în această ordine. Un sondaj de opinie recent realizat în rândul femeilor a regăsit la acestea exact aceleasi părti ca fiind foarte interesante în cazul în care ele privesc un bărbat. Diferenta principală între gusturile bărbatilor homosexuali si gusturile femeilor normale era aceea că femeile erau cel mai mult atrase de ochii unui bărbat tânăr, în timp ce acest aspect al corpului era ultimul luat în considerare de către bărbatii homosexuali. Aceasta este o distinctie interesantă, care sugerează că homosexualitatea masculină este esentialmente conexă cu estetica suprafetelor si nu cu aceea a calitătilor lăuntrice. Cu certitudine, este adevărat că narcisismul este o caracteristică majoră a homosexualilor masculini.

KINSEY, în faimosul său tratat asupra „Comportamentului sexual la bărbat", a stabilit că patru procente din numărul total al bărbatilor reprezintă persoane exclusiv homosexuale, pe durata întregii lor vieti. El a observat de asemenea că aproximativ 25 de procente din „sectiunea transversală" a populatiei masculine este reprezentată de indivizi care au avut asemenea experiente sexuale mai mult decât accidentale, iar 37 de procente din aceeasi „sectiune" se referea la persoane care au avut o anumită experientă homosexuală, care chiar le-a condus la orgasm si că, în sfârsit, aceeasi cifră în procente reprezintă 50% dintre cei rămasi celibatari până la vârsta de 35 de ani.

Există, în general, patru tipuri distincte de „interferentă" între bărbati: mângâiere reciprocă fără orgasm, masturbare cu orgasm, sex oral si sex anal. Viziunea orientală este aceea că primele două categorii, deşi sunt minor perverse, ele nu sunt în mod necesar considerate ca fiind cu ADEVĂRAT homosexualitate, iar un bărbat care a trăit totusi asemenea experiente nu trebuie să se creadă imediat homosexual. Sexul oral între bărbati este tabú, în conformitate cu legea hindusă si cea budistă, deşi există referiri la masorii perversi din India antică care îsi destindeau adeseori clientii în acest fel. KAMA SUTRA enumeră anumite modalităti de realizare a sexului oral între bărbati, adăugând însă că toate acestea sunt niste perversiuni degradante si că preotii si hindusii din castele superioare nu trebuie să se „impurifice niciodată astfel". Mai mult decât atât, cărtile de legislatie hinduse condamnă fără nici un fel de echivoc bărbatii care înghit sperma altora. Sexul anal între bărbati nu era practicat aproape deloc în India până la invaziile musulmane, homosexualitatea masculină nefiind nici la chinezi sau la japonezi o practică sexuală tradiţională. Textele taoiste şi tantrice condamnă - fiecare în parte şi într-un mod foarte categoric - sexul anal între bărbati ca fiind dezechilibrant, degradant, nenatural, nesănătos si complet dăunător psihicului si minţii.

Homosexualitatea masculină se referă, în Occident, si la sexul oral-genital, care include atunci chiar şi înghiţirea de către partener a spermei ejaculate. În conformitate cu concepţia taoistă, aceasta cauzează atunci transformarea esenţei YANG în „esenţă YIN masculină." Deşi traducerea clară a acestui proces în limbaj ştiinţific modern ar fi dificilă, ideea proiectează o anumită lumină asupra paradoxurilor

homosexualităţii masculine. Sperma conţine, după cum se ştie, hormoni care, atunci când sunt ingeraţi de către o femeie senzuală, ajută fără îndoială la polarizarea şi la transformarea ei rapidă într-o femeie puternică şi activă. În schimb, sexul anal cu un alt bărbat implică absorbţia hormonilor masculini prin rect.

Conform teoriilor biologice recente, toţi foetusii au caracteristici feminine în mediul intern, chiar dacă ei au organe sexuale masculine, parţial sau complet formate. Se consideră deci că ei sunt „feminini" până în momentul în care glandele sexuale dau „comenzi" hormonale în sens contrar. Deşi acestea nu sunt în perfect acord cu învăţăturile orientale despre acest subiect, există o similaritate interesantă, care ne va ajuta la explicarea unora din factorii care determină homosexualitatea masculină. Într-o importantă lucrare medicală tibetană, GYUDZHI, este prezentată următoarea descriere clasificatoare a procesului conceptiei: „Trei lucruri sunt necesare pentru formarea corpului. Acestea sunt sperma şi ovulul, amândouă fertile, ale bărbatului si, respectiv, ale femeii si mintea unei fiinţe deja existente în Starea Intermediară între moarte şi naştere, care atunci este pusă în mişcare de legea KARMA-ei. În funcţie de preferinţa fiinţei, corpul ei va deveni de sex masculin sau feminin. În cazul identificării cu sperma, fiind atras de mamă si respingând tatăl, va rezulta un băiat. În cazul identificării cu secreţiile sexuale ale mamei, asociată cu mânia pe aceasta (mamă), se va naşte o fetiţă."

Este evidentă aici o remarcabilă corelaţie cu teoria Oedipiană a lui Freud.

Acelaşi text continuă descrierea, afirmând că „În timpul celei de-a treia săptămâni ulterioare conceptiei, este încă posibilă influentarea sexului viitorului copil. În general, naşterile şi destinele subsecvente depind de KARMA, însă uneori aceasta poate fi influentată prin suprapunerea unor cauze adiţionale. Dacă cineva doreşte cu tot dinadinsul un fiu, atunci poate fi practicată - în timpul celei de-a treia sau a patra săptămâni - metoda numită Schimbarea Centrului. Acest lucru este posibil doar înainte ca organele sexuale ale foetusului să se fi format complet." Metoda enunţată constă în ingerarea de către femeia însărcinată a unor preparate cu un înalt conţinut de hormoni masculini. Printre aceste preparate care sunt menţionate, apare laptele de la o vacă ce a fătat un vitel, sângele menstrual proaspăt al unei tinere fete amestecat cu sperma unui băiat viril, un preparat special pe bază de mercur purificat şi alte substanţe care atunci trebuie să fie preparate în mod ritual si în conformitate cu anumite cerinţe astrologice".

Învăţăturile yoghine afirmă faptul că fluxul respirator din corp este un factor determinant, primar al sexului copilului. Când stările sufleteşti care preced sau care se succed în timpul actului amoros (care atunci este realizat cu EJACULARE) nu sunt armonizate, fluxul pranic (care este asociat respiraţiei) rămâne blocat sau este predominant într-o anumită parte a corpului. Tantra afirmă faptul că aceasta poate provoca naşterea unor copii cu identitate sexuală neechilibrată si, în cazurile extreme, chiar poate conduce la homosexualitate. Învăţăturile orientale secrete subliniază necesitatea practicării posturilor (ASANA-elor) HATHA-YOGA pentru a

controla si armoniza astfel respiratia; se afirmă în această direcție că sexul progeniturii care se va naste poate fi determinat dinainte prin realizarea unor asemenea tehnici. Cercetări recente care au fost realizate asupra traditiei ebraice antice relevează, de asemenea, folosirea curentă a unor anumite posturi care sunt utilizate pentru determinarea cu anticipație a sexului copilului, confirmând astfel încă o dată validitatea acestor practici.

Fantezia malefică, agresivă, negativă din timpul uniunii sexuale (cu ejaculare) poate, de asemenea, provoca apariția la copilul care se va naste, a problemelor sexuale. Părintii creează atunci o anumită KARMA, pe care atunci copiii lor trebuie să o integreze în propria identitate. În schimb, se spune că si copiii „aduc un anume tip de KARMA părintilor lor." Intreteserea destinelor, interferența lor de-a lungul existentelor succesive este baza continuității între această lume și lumea de dincolo. Un bărbat homosexual care este activ și agresiv își asumă o mare responsabilitate. Prin angrenarea sexului anal sau oral cu „iubitul" său bărbat, el își „transmite" atunci, odată cu hormonii și vitalitatea sa, si KARMA. Aceste legături ale lantului destinic se formează astfel și după aceea ele sunt invariabil (prin intermediul proceselor de REZONANȚĂ care se declanșează atunci) trecute asupra altora. Lantul KARMA-ei există, prin urmare, simultan la nivel fiziologic si metafizic. Nu putem niciodată lua în considerare un aspect, neglijându-l pe celălalt. Bărbatii homosexuali se modifică astfel unul pe celălalt la nivel fizic, dar ei plătesc aceasta cu pretul unei complexe înlănțuiri metafizice. J.G. BENNETT, un discipol al savantului metafizician și maestrului în filozofia orientală GEORGE GURDJIEFF, exprimă un punct de vedere interesant asupra homosexualității masculine. El afirmă: „Un homosexual care în ignoranta sa, se crede special sau superior altora, nu va putea niciodată pătrunde aspectele mai profunde ale „lucrului cu sine". Este de asemenea necesară aici delimitarea clară de orice sentiment de inferioritate sau vinovăție. Am observat eu însumi modul în care discuta GURDJIEFF cu homosexualii. El își dădea astfel silinta să le dezvolte increderea că si ei ar putea să „lucreze asupra propriei ființe", nepermitându-le niciodată să creadă că ei ar fi deosebiți. Homosexualul care nu-și poate stăpâni impulsurile sexuale și care, în acelasi timp, aspiră cu seriozitate să lucreze pentru a-si transforma ființa este uneori obligat să astepte până când va atinge o anumită vârstă la care functia sexuală începe să-și piardă din vigoare, si atunci pentru el poate să apară o minunată transformare, odată cu remarcabile progrese. Multi homosexuali sunt cu adevărat extraordinar de receptivi și sensibili față de alți oameni, inclusiv față de cei de sex opus și ei pot, prin urmare, să facă mult bine, chiar dacă transformarea lor individuală este întârziată."

Homosexualitatea masculină este doar rareori menționată în perioadele arhaice ale istoriei chineze. În timpul dinastiei CH'IN și al dinastiei HAN timpurii (221 î.Ch.-24 d.Ch.), au existat o serie de printi si împărati homosexuali, înregistrati de istorie care au fost peste măsură de sadici: ei s-au dovedit niste promotori activi ai homosexualitatii masculine. Ultimii imparati ai dinastiei HAN au devenit slabi si

degenerati. Eunucii au dobândit atunci controlul, iar oamenii de rând erau supusi unui greu sistem de impozite. O epidemie dezastruoasă a răvășit atunci China și cu această ocazie s-a înregistrat o proporție neobișnuit de mare de copii cu caracteristici homosexuale. Populația s-a revoltat atunci sub conducerea unui puternic conducător taoist și dinastia s-a prăbușit. Din acea perioadă și până la influența musulmană de mai târziu, homosexualitatea masculină a fost permanent privită cu suspiciune. Ea a fost uneori îngăduită doar în legătura cu realizarea unor lucrări de artă de o deosebită sensibilitate. Puternica incidență a homosexualității masculine în rândul artiștilor sugerează chiar că, dacă energia sexuală este sublimată si exprimată prin activități care cer o deosebită sensibilitate, atunci un homosexual poate face și el reale progrese spirituale.

Homosexualitatea masculină agresivă a fost mult timp conexă cu declinul și prăbușirea rapidă a civilizațiilor. Ea apare de obicei atunci când întregul popor își pierde orientarea spirituală. Atunci când homosexualitatea masculină este asociată cu degenerarea clerului, ea permite apariția pseudo-ocultismului, care este diametral opusă spiritualității transcendente a înaltelor tradiții tantrice și taoiste. Din nefericire, în vest, încă din timpul Ordinului Templierilor, ocultismul a fost murdărit si devalorizat de mascaradele abjecte ale unor homosexuali care se dădeau drept mistici. C.W. LEADBEATER, unul dintre membrii fondatori ai Societății Teosofice a doamnei BLAVATSKY și ALEISTER CROWLEY (un sinistru magician negru care era si un bisexual activ), cel care a expus riturile secrete ale lui O.T.O. (Ordo Templi Orientis, o organizație ocultă a templierilor), a fondat apoi o „fraternitate magică satanică", unde s-au adunat numai indivizi care foloseau misticismul drept paravan pentru a-si satisface în realitate propriile tendinte homosexuale. În ultima perioada, au proliferat brusc în multe puncte de pe glob, unele organizații mistice și oculte, care sunt centrate în jurul magiei sexuale sau care au o puternică orientare sexuală, dar cărora le lipsesc complet noțiunile de iubire, transfigurare, transmutatie biologica, sublimare, continență sexuală, consacrare, androginitate etc. Odată cu aceasta a apărut o noua „acceptare" a homosexualității în societatea occidentală. Viziunea maeștrilor orientali, în aceasta direcție, este că atunci când homosexualitatea masculină a ajuns deja să domine o societate, acesta este un semn sigur că civilizația adevărată s-a sfârșit.

Este absolut firesc ca fiind impinși de curiozitate copiii sau adolescenții să-si exploreze propriile corpuri sau pe acelea ale altor copii sau adolescenți, fără ca acest fapt să poată fi confundat cu homosexualitatea. Știința a înregistrat numeroase momente de avansuri exploratorii „homosexuale" care apar între unele animale ca șoareci, șobolani, lilieci, arici, câini, capre, porci, oi, cai, lei și maimuțe. Dacă animalele mascule foarte agresive sunt ținute împreună lungi perioade de timp, fără compania femelelor, o parte din ele vor deveni atunci homosexual active. Aceasta nu sugerează nici că homosexualitatea este naturală, nici că ea este nefirească, însă ea indică în mod indubitabil faptul că variatele aspecte ale omenescului se regăsesc reflectate în Natura. Tantra ne învață însă ca evolutia (si nu involutia) trebuie să fie totdeauna

incurajata prin alegerea actiunii corecte. Ridicarea recentă a homosexualitătii masculine aproape la statutul unei noi religii este o potentială amenintare foarte gravă la adresa societătii și a evoluției spirituale a omenirii.

O societate în care homosexualitatea masculină este excesiv dezvoltată se va autoanihila rapid. Acest fapt evident, care a fost demonstrat de nenumărate ori de-a lungul istoriei, nu va putea fi niciodată negat de vreo teorie. Pe parcursul ultimilor două mii de ani, viziunea occidentală asupra homosexualitătii masculine s-a schimbat din nefericire radical. Cu siguranță acum este timpul ca homosexualii să se trezească cât mai repede la realitatea tragica a propriei lor condiții și să caute neîntârziat solutii pentru problemele lor grave în loc să întreprinda campanii răsunătoare pentru o mai mare acceptare a homosexualitătii. Învătăturile orientale oferă o multime de tehnici practice care pot fi utilizate cu succes pentru depășirea capcanelor destinului. Posturile HATHA YOGA; tehnicile de respiratie; procedeele de vizualizare și meditație; exercitiile pentru realizarea continentei sexuale; metodele de LAYA YOGA; YOGA NIDRA; KARMA YOGA pot ajuta enorm la echilibrarea corpurilor fizic, subtil și mental. Energia agresivă sublimată în mod complet și armonios poate fi folosită cu succes atât pentru a realiza transformarea psihicului, cât și pentru a ne modifica polaritatea sexuală. Tantra ne învată în această directie că, atunci când o atitudine creatoare este cu adevărat pusă în functiune, nu mai există pentru noi obstacole care să nu poată fi depășite.

Poeti fără de număr, netreziti la a Adevărului Lumina,
Continuă, din ignoranță, să urmeze căi greșite
Ei preamaresc, în versuri, supremația baietilor.
Atât versurile lor, cât și acelea ale altora de-aceeași teapă
mă fac să încremenesc,
Căci ei pretind să știe că baietii sunt cocheti și că în cazul lor
poti fi pe deplin sigur
Că ei nu au niciodată menstre și nu rămân însărcinati.
Oricine fuge de fete, zic eu,
Și-și satisface nevoile cu băietandri
Nu mai are deloc nevoie de nebunii... căci el deja este complet nebun.
Și niciodată nu se poate compara un asemenea mizerabil desfrânat,
ce se scufundă pe ascuns în sodomie,
Ferindu-se de calea dreaptă,
Cu un galant
Care mai mereu se înrobește fetelor; și care, fiind vesnic îndragostit,
Nu se trezește niciodată din visurile extatice ale iubirii.
Și nu există vreun flăcău pe care să-l poți vreodată compara
cu o fată frumoasă și tandra,
Care-i pe jumătate dună de nisip
Iar în cealaltă jumătate ea este ramura-arcuită...

Căci pentru noi creat-a Dumnezeu, în modul cel mai minunat
Sexul opus cu ale sale sprâncene arcuite,
Ce ne străpunge inima cu săgetile iubirii.
O tânără femelă este perechea firească pentru masculul-cămilă,
Și nu un alt mascul.
Așa că nu-l urma pe Necuratul în nebunia ta,
Căci sodomia este doar o altă cumplită înșelatorie-a lui.
GLORIA GRĂDINII PARFUMATE

Forma furioasă a lui MAHAKALA, protectorul budismului tantric din Tibet. Forma exterioară mânioasă, care este imaginată la fel de întunecată și înfiorătoare precum spațiul exterior, ascunde în realitatea sa tainică o adâncă esență transcendentă, în care ea se odihnește susținută de pacea compasiunii. Desen realizat după o sculptură contemporană din manastirea RUMTEK, din SIKKIM.

SEXUL ANAL

Anusul în ființa umană are o frumusețe și o sensibilitate proprie. Nici o parte a corpului uman nu trebuie să fie considerată necurată. Există un excelent obicei oriental, care constă în spălarea atentă a anusului cu apă caldă, iar aceasta este o parte a ablutiunilor zilnice. Tantra ne învață, la rândul ei, să exersăm controlul mușchilor sfincterelor anale, indicând că astfel poate fi conservată și sublimată în mod binefăcător în etajele superioare ale ființei energia sexuală. Când acest mușchi este ferm și puternic contractat, centrul vitalității sexuale (MULADHARA CHAKRA) este profund stimulat și eficient dinamizat, iar glandele sexuale produc în mod armonios hormoni. Sexul anal cu o femeie iubită nu este recomandat de maeștrii tantrici, în cazul femeilor care NU AU UN CONTROL FOARTE BUN AL ACESTOR MUȘCHI (care este obținut prin antrenament) pentru că aceasta generează tendința de a întinde și slăbi mușchii sfincterelor, conducând după aceea în timp la pierderi de energie care vor afecta și vor diminua vitalitatea femeii în cauză.

Penetrația anală, atunci când nu este corelată cu o stare de maximă plăcere și deschidere senzuală perturbă considerabil echilibrul forței vitale în corp. Principiul subtil vital descendent (APANA) care este unul dintre cele cinci sufluri PRANA-ice vitale, este atunci inversat și implică o puternică sublimare în etajele superioare ale ființei pe care doar o yoghină bine antrenată care realizează cu ușurință CONTINENȚA poate să o realizeze. Aceasta, în cazul unei femei care nu practică YOGA și care nu stăpânește bine CONTINENȚA, poate duce la apariția unor probleme digestive, la constipație și, în cazuri extreme, chiar la cancer.

În plus, ca organ de excreție, anusul și pasajul rectal conțin aproape întotdeauna reziduuri bacteriene. Prin inserție anală, fără o excelentă igienă (CLISMĂ la care după aceea se adaugă o bună lubrefiere cu un ulei natural) apare pericolul infecțiilor (la bărbat), al rănirii țesuturilor (la femeie) sau a inflamării acestora (atât la bărbat, cât și la femeie). Dacă se trece apoi (CU O CRIMINALĂ INCONȘTIENȚĂ!!) la practicarea sexului normal, există o posibilitate foarte periculoasă ca bacteriile din rect (sau CANDIDA) să fie astfel transferate din anus în profunzimea YONI-ului femeii, pricinuindu-i după aceea infecții sau apariția unor boli.

În India antică, sexualitatea anală realizată cu o femeie era numită „uniunea inferioară" și nu era considerată normală, mai ales atunci când nu era realizată cu continență. Anumite lucrări medicale o menționează pe scurt, pretinzând unele dintre ele că, atunci când este realizată NUMAI cu continență, ea are efectul unei clisme, iar în cazul anumitor femei ea poate cauza constipație. Tradiția chineză are în această direcție o poziție similară și, deși sexul anal cu femeile era practicat ocazional, dar NUMAI cu continență, această formă de contact a rămas ceva neobișnuit până în perioada influenței musulmane.

Sexul anal cu un alt bărbat, sau sodomia, CARE ESTE ÎN TOTALITATE

RESPINSĂ ȘI CONSIDERATĂ CA O DEVIAȚIE ABJECTĂ atât în Taoismul amoros cât și în Tantra, a fost deja tratat în capitolul anterior, despre homosexualitate. Cu toate că este o evidentă PERVERSIUNE, sexul anal cu un bărbat era un ingredient esențial al culturii musulmane, în ciuda faptului că Mahomed condamna cu vehemență și fermitate practicarea lui. Creștinismul a asociat întotdeauna Diavolul cu zona anală, acesta fiind tocmai de aceea reprezentat în mod obișnuit, arătându-și spatele. Una dintre acuzațiile cele mai grave ale Bisericii împotriva Ordinului Templierilor era aceea că templierii „își cunoșteau unul altuia prin coit și chiar prin sărut zonele anale". În timpul unei anchete publice referitoare la activitățile necreștine ale templierilor, s-a afirmat că un membru al acestei grupări secrete, după ce a fost făcut prizonier de către turci și a prins „gustul" abject al sodomiei, a introdus după aceea practici sexuale anale în cult.

Sexul anal între bărbați, cu toate că este o PRACTICĂ COMPLET PERVERSĂ, PROFUND DEZECHILIBRANTĂ, ABJECTĂ ȘI DEGRADANTĂ, este tot mai comun astăzi, pe de o parte din cauza lipsei de înțelegere a urmărilor sale profund nefaste și pe de altă parte datorită tendinței contemporane de a face din spirit de FRONDĂ sau din EXTRAVAGANȚĂ orice lucru care altă dată era considerat tabu. Cu toate că este foarte nocivă, sexualitatea anală realizată cu bărbați pare normală și firească pentru cineva care dorește să devină „liber" din punct de vedere sexual, ca să exploreze posibilitățile unor „noi" tipuri de experiențe. Un NU hotărât opus acestei PERVERSITĂȚI apare atunci ca o ușă închisă, care multora pare că le blochează potențialul lăuntric de auto-cunoaștere. Dacă sexul anal este considerat relevant într-o relație heterosexuală cu o femeie, este responsabilitatea oamenilor să înțeleagă natura fiziologică și psihologică a acestei practici, precum și urmările profund nocive pe care această practică le are în cazul sexului anal cu un bărbat. Un bărbat care iubește cu adevărat o femeie nu trebuie niciodată să ceară (sau să impună cu forța) acest tip de „abandon" din partea unei femei care nu are deschiderea senzuală necesară pentru a admite acest gen de contact.

Un act sexual anal premeditat realizat cu o femeie și unul complet spontan au efecte psihice foarte deosebite, pentru că în anumite situații penetrarea anală poate să se petreacă într-un mod total organic, aproape din greșeală. În astfel de circumstanțe, plăcerea intensă a unui asemenea contact poate fi trăită de ambii iubiți, datorită deschiderii mutuale.

În zona care este omoloagă prostatei la bărbat, femeile au la rândul lor o glandă similară, care însă este ceva mai mică, și care se numește cervixul, „floarea" uterului. O membrană subțire o separă pe aceasta de pasajul anal.

O localizare cu totul neobișnuită a cervixului poate constitui, în multe cazuri, motivul fiziologic pentru care anumite femei foarte vitale și senzuale preferă foarte mult sexul anal (care chiar le declanșează o stare foarte intensă de ORGASM ANAL) celui normal. Menționăm aici un extras interesant dintr-o nuvelă erotică din timpul dinastiei MING, care prezintă în mod semnificativ acest aspect al heterosexualității

la femeie si după cum veti vedea o face într-un mod frumos:

„PORPHYRY iubea mai presus de toate formele de sport una anume: după cuplarea foarte pasională cu barbatul în diferite moduri, ea dorea apoi cu ardoare ca acesta să culeagă floarea părții ei de jos (ANUSUL), în timp ce ea își atingea și își mângâia îmbătată de fericire floarea interioară a pântecului cu degetele sale delicate. Încântat, iubitul ei i-a spus după aceea să se ridice și să se sprijine pe mâini și pe picioare, întocmai ca un cal, și apoi s-a avântat topit de plăcere în floarea spatelui ei. La un moment dat, ridicând o mână de pe pământ, ea a început din nou să se joace si să se mângâie pe cealaltă floare (YONI) a sa."

Unele femei, cu toate că nu sunt foarte senzuale și nu savurează plăcerile contactului anal, consideră că este necesar să-și ofere toate orificiile corpului iubiților lor, ca o dovadă a totalei lor abandonări și dăruiri. Această dorință, care este firească mai ales la femeile care practică amorul transfigurator cu continență, nu trebuie totuși să fie exploatată de un bărbat continent. O preferință pentru practica regulată a sexului anal cu femeia iubită indică o dorință de dominare și de impunere în forță asupra femeii, sau poate chiar incapacitate de a iubi profund. Conform punctului de vedere medical yoghin, corpul femeii are trei deschideri principale: gura, anusul si YONI-ul ei. Dintre acestea, gura este creată pentru ca lucrurile să pătrundă iar sunetele să iasă, anusul este conceput astfel ca numai excretiile să iasă, în timp ce YONI-ul este conceput astfel pentru ca LINGAM-ul să intre si copilul să iasă.

Sexul anal poate fi, datorită prejudecăților, înspăimântător, dureros și degradant pentru o femeie netrezită senzual, care în plus este închistată și complexată. Aspectul de „abandon" și factorul teamă sunt adeseori intim corelate. Abandonul induce un sentiment de transcendere a timpului, iar teama inconstientă, abisală, „FĂRĂ MOTIV", provoacă emoții negative puternice. Acești factori coroborați produc diferite schimbări psihologice și fiziologice; teama elibereaza uneori anumite secrețiii corporale, tot ea poate „pune ego-ul la locul său" și în mod exceptional poate induce intrarea energiei cosmice KUNDALINI pe canalul central (SUSHUMNA), provocând chiar ridicarea acesteia. Însă, chiar dacă lucrurile stau astfel în unele cazuri, a provoca unei alte persoane stări de teamă (PENTRU A-I TREZI KUNDALINI) înseamnă pentru un YOGHIN VERITABIL asumarea unei grave responsabilități KARMA-ice, iar așa ceva nu este de neglijat. Desi nici o actiune nu este în mod inerent „corectă" sau „greșită", atitudinea mentală a femeii în cauză și calitatea conștiinței ei trebuiesc luate cu multă atentie în considerare înainte de a aborda sexul anal ca pe o nouă modalitate de a face dragoste. Multor femei nu le place deloc această practică, iar acelea care i se consacră fără a practica suficient de bine și sistematic continența sexuală, pot ajunge să regrete mai târziu că au acceptat să facă aceasta.

Plăcerea obținută cu o femeie prin sexul anal, realizat numai cu continență, este uneori scurtă, însă efectele sale sunt de durată. Prin urmare, în loc să ne orientăm aproape imediat spre sexul anal (chiar și dacă acesta este realizat cu continență), pentru a adăuga o nouă variatie în viata sexuală proprie, este cu mult mai bine sa

perfectionăm tehnicile de obtinere a transcendentei. Tantra oferă în aceasta directie numeroase căi incitante de trezire, stimulare si explorare a sexualitătii, fără a fi NEAPĂRAT nevoie de sexul anal. Nu uitati că YONI-ul unei femei frumoase, vitale si senzuale oferă iubitului perfect continent toate facilitătile pentru a atinge eliberarea spirituală.

Abandonati imediat sodomia si atunci multe dintre lucrurile care vă înconjoară vor deveni perfecte;

Pentru a face cu adevărat dragoste, folositi cu întelepciune tot ceea ce vă oferă o femeie pe care o adorati.

Căci partile ei, lăsate de la DUMNEZEU pentru aceasta, sunt totdeauna cele mai potrivite.

Doi bărbati care se acuplează cu nerusinare sub asternut
Aduc întotdeauna mai mult necaz decât folos.

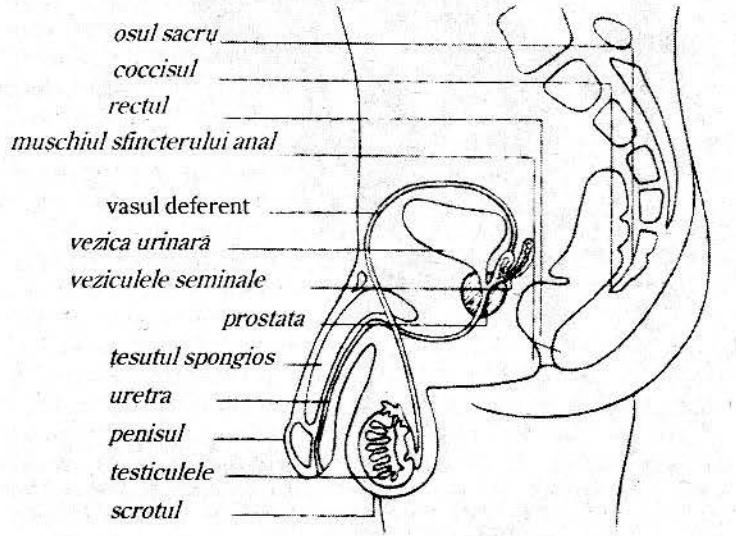
SHAYKH NAFZAWI

Cuplu arab practicând sexul anal, prin imitarea animalelor. După o miniatură persană din secolul XIX.

KUNDALINI INVERSATĂ

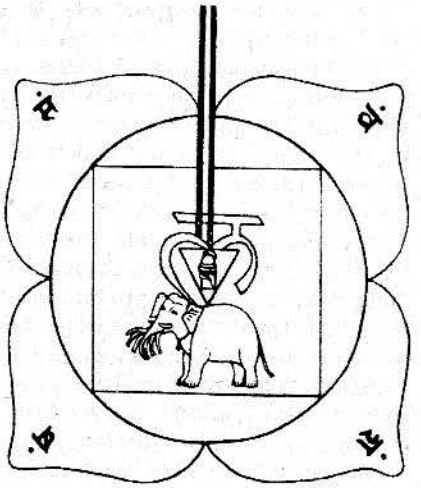
Textele erotice chinezești străvechi numesc amorul normal heterosexual „Unirea Norilor cu Ploaia" (YUN-YU). Homosexualitatea masculină care este total interzisă în Tantra și în Taoism, fiind considerată o perversitate și un mare păcat, este de obicei denumită „Nori inversati" si „Ploaie inversata" (FAN-YUN-FU-YU), mai ales atunci când se face aluzie la penetrarea anală a unui bărbat de către un alt barbat. În tradiția tantrică a Indiei, homosexualitatea masculina, care este complet respinsă de Tradiția înțelepciunii orientale, este numită adesori KUNDALINI INVERSATĂ, termenul fiind aici folosit pentru a desemna anumite practici sexuale regresive, degenerescente si profund perverse.

KUNDALINI INVERSATĂ, așa cum sugerează destul de clar și termenul, se referă la orice practica sexuală DEGRADANTĂ și PERVERSĂ care inversează (FACE SĂ COBOARE!) fluxul natural ascendent (în cazul SUBLIMĂRII!) al energiei sexuale care rezultă prin TRANSMUTAȚIA BIOLOGICĂ a potențialului sexual. Sexul anal cu un bărbat inversează întotdeauna curgerea energiei sexuale în partenerul pasiv, sau cu alte cuvinte o va face să meargă în jos. Multe texte vechi avertizează împotriva sexului anal sau a lui KUNDALINI INVERSATĂ, si specifică faptul că senzația care însoțește această practică este o răcoare sau o răcire care este însotită de furnicături stranii, înfricosatoare si excitante în acelasi timp. Tradițiile orientale afirmă că experienta abjectă si degradantă a lui



Diagramă care arata poziția prostatei

„Baza" sau CHAKRA vitalității sexuale (MULADHARA CHAKRA) este descrisă în unele lucrări tantrice recente. KUNDALINI este înfățișata acolo ca fiind încolăcita în jurul prostatei cu formă de LINGAM. Elefantul tainic cu multiplele sale trompe simbolizează aici numeroasele canale diferite (NADI-urile) prin care poate curge energia sexuală atunci când ea este TRANSMUTATĂ BIOLOGIC.



KUNDALINI INVERSATĂ este profund dăunătoare psihicului și mintii, totodată ea slăbind și vlăguind corpul fizic. Prin urmare, cei care sunt tentati sau acceptă să experimenteze HOMOSEXUALITATEA MASCULINĂ nu-și dau aproape deloc seama la ce pericole grave se expun.

Pentru a înțelege ce este în realitate KUNDALINI INVERSATĂ, este necesar să analizăm anatomia tradițională yoghină și să o comparăm cu anatomia modernă occidentală. Textul yoghin GORAKSASHATAKAM precizează existența unei glande sexuale speciale:

„Deasupra LINGAM-ului și sub ombilic există o rădăcină ca un bulb (KANDA), ea se aseamănă mai degrabă cu oul unei păsări. Aceasta este sursa tainică din care izvorăsc cele 72.000 de canale subtile (NADI-uri) purtătoare de energie subtilă a vietii. Deasupra acestei «rădăcini» își are sediul atotputernica KUNDALINI, care este încolăcită de trei ori și jumătate și ea închide mereu intrarea în Canalul Central (SUSHUMNA NADI (0)) cu „gura". Când ea este trezită de către focul lăuntric și alimentată în mod constient prin intermediul suflului vital, KUNDALINI se ridică pe Canalul Central (SUSHUMNA (0)), purtând cu ea forta vitală ca o coloană de lumină."

Anatomia lui Gray, care este o lucrare medicală occidentală de referință, descrie la rândul ei o glandă sexuală importantă - prostata - în felul următor:

„Prostata se aseamănă ca mărime și formă cu o castană. Ea este situată în cavitatea pelviană și se sprijină pe rect, prin interiorul căruia ea (PROSTATA) poate fi palpată cu ușurință, mai ales atunci când este mărită. Ea are baza orientată înspre sus și este situată imediat sub vezica urinară, în dreptul părții proximale a uretrei. Vârful ei (al PROSTATEI) este orientat în jos spre stratul profund al ligamentului triangular, pe care chiar îl atinge. Prostata este alcătuită din doi lobi laterali și dintr-un lob median și este străpunsă de uretră și de canalele ejaculatoare. Ea (PROSTATA) este învelită îndeaproape de o capsulă fibroasă subtire, dar rezistentă, care este diferită de cea care derivă din fascia rectovezicală, și este separată de aceasta printr-un plex venos.

Sexul anal realizat (cu sau fara ejaculare) intre barbati poate stimula glanda prostată prin peretele rectal, producând la bărbatul care este excitat rectal astfel ejacularea spontană. Viziunea maestrilor tantrici despre o asemenea practică degradantă, abjectă și perversă este următoarea: Ascensiunea normală a lui KUNDALINI, care este trezită prin excitația sexuală, este IMEDIAT blocată. Presiunea care se creează atunci determină energia KUNDALINI să se reîntoarcă spre sine și să înceapă să se miște în sens descendent. Singurele canale subtile prin care mai poate circula atunci energia sexuală subtilă sunt cele care duc spre partea inferioară a corpului. Efectele pe termen lung ale lui KUNDALINI INVERSATĂ sunt devitalizarea gravă a părții superioare a corpului, morbiditatea și îngreunarea membrelor și a părții inferioare a corpului, precum și o accentuată stare de letargie psiho-spirituală a întregii ființe. Sexul anal realizat de doi homosexuali nu este singura cauză a lui KUNDALINI INVERSATĂ. Uneori și frica foarte puternică ori groaza sau spaima de lungă durată poate induce același efect într-o ființă umană (KUNDALINI INVERSATĂ) determinând contracția continuă, de neînțeles, care la scurt timp după aceea este urmată de răcirea corpului și de scurgerea vitalității din părțile superioare.

KUNDALINI INVERSATĂ poate apărea de asemenea în cazul unor solicitări fizice exagerate, a unui șoc subit sau a unei obsesii nevrotice persistente (caracteristică mai ales în cazul PARANOIEI și al SHIZOFRENIEI) care pot genera ulterior discontinuitate și dezechilibru în curgerea energiei subtile vitale prin corp. Una dintre cele mai obișnuite cauze ale lui KUNDALINI INVERSATĂ, în context sexual, este cazul în care un bărbat și o femeie se implică într-un act sexual intens după o masă copioasă care deși este realizat cu continență nu este totuși susținut prin IUBIRE, TRANSFIGURARE și CONSACRARE.

Focurile subtile vitale ale corpului se concentrează atunci foarte mult în stomac și în intestine pentru a ajuta la digestia hranei, inhibând și blocând curgerea liberă a energiei, situație care va cauza la scurt timp după aceea o stare accentuată de somnolență și îngreunare, cât și apariția unor senzații total opuse experienței înălțătoare a uniunii amoroase realizate cu transfigurare și consacrare. Alte simptome curente care apar în cazul lui KUNDALINI INVERSATĂ sunt: o senzație penibilă, apăsătoare de separare de Sinele Individual, fixația aproape irezistibilă asupra fantasmelor morbide, obsesia sado-masochistă, puseuri alternative, calde și reci, respirație dificilă și o stare gravă de slăbiciune a membrelor. În asemenea situații, KUNDALINI INVERSATĂ poate fi contracarată printr-o viață armonioasă și firească, prin respirația profundă (care ajută mult la inversarea curgerii descendente a energiei) și prin practici sexuale sănătoase, care vor implica, pe lângă CONTINENȚA SEXUALĂ, o atentă TRANSFIGURARE, MULTĂ IUBIRE, INTEGRARE DIVINĂ, CONSACRAREA FRUCTELOR respectivului joc amoros lui DUMNEZEU.

Un exercițiu HATHA yoghin extrem de util în acest sens este MULA BANDHA, contracția ritmică atentă și FOARTE FERMĂ a mușchilor sfincterelor

anale, care atunci trebuie să fie însoțită de vizualizarea cât mai clară și continuă a energiei sexuale ascensionând cu forță, învigorând și vitalizând întregul organism. În opinia lui SHAYKH NAFZAWI, autorul musulman al cărții „Grădina parfumată", sexolog cunoscut al evului mediu timpuriu se afirmă:

„Toate autoritățile în materie de doctrină religioasă sunt de acord că bărbatul poate folosi orice parte a corpului feminin pentru satisfacerea sa sexuală, cu excepția rectului. Sexualitatea anală cu femeia este un subiect delicat asupra căruia părerile sunt împărțite. Mulți o resping pe considerentul că ea este interzisă de anumite tradiții ale Profetului, dar un curent de opinie destul de larg o acceptă. În scrierile sale, IBN SHA'BAN atribuie acceptarea practicii sexului anal cu femeile discipolilor și succesorilor Profetului. Cu toate acestea, este binecunoscut faptul că în comunitatea lui MUHAMMAD sexul anal între bărbați este considerat păcătos și ilegal."

Centrul secret rădăcină (MULADHARA CHAKRA) este complex și în cazul lui toate elementele sale sunt interconectate. Viziunea anatomică occidentală este interesantă în această direcție fiindcă tinde să confirme multe dintre vechile descrieri ale acestui centru de forță, precum și modul în care el funcționează. Există unele rămășițe de structuri glandulare în jurul bazei coloanei vertebrale, în regiunea coccisului, aici existând o structură osoasă formată din patru elemente coccigiene și din niște așa-zise „coarne" coccigiene, care se articulează cu „coarnele" sacrului (un os triunghiular compus, care constituie partea posterioară a pelvisului). Toată această zonă este considerată de anumiți autori ca fiind de fapt rămășițele unei cozi ca de animal, care ulterior s-a atrofiat în procesul evoluției.

Zona perineală reprezintă o structură complexă, care este localizată între anus și organul sexual, și ea este alcătuită din patru părți corelate, care sunt cunoscute în terminologia medicală sub numele de: mușchiul bulbocavernos (în partea anterioară), mușchiul extern al sfincterului anal (în partea posterioară) și din cei doi mușchi perineali superficiali (în părțile laterale). Primul dintre acești mușchi expulzează ultimul jet de urină și servește de asemenea ca „mușchi accesoriu al erecției penisului", ajutând la ejacularea spermei. La femeie, exact acest mușchi contractă sau destinde orificiul vaginal. Controlul conștient, cât mai bun al acestui mușchi este totdeauna un scop de o importanță considerabilă în tradiția tantrică.

Nervul așa-zis rușinos sau pudendal este conexiunea nervoasă principală cu mușchii zonei perineale. Controlul PERFECT CONȘTIENT al acestui nerv conferă printre altele un control absolut al erecției și al ejaculării la bărbat, și tot el este acela care conferă un control PERFECT CONȘTIENT și absolut al contracțiilor YONI-ului la femeie. Cele trei ramuri ale acestui nerv (NERVUL RUȘINOS sau PUDENDAL) ascensionează în pelvis pornind din nervii sacrali și în final ele se unesc cu nervul sciatic. Nervul rușinos sau pudendal părăsește în cele din urmă zona perineală ca nev dorsal al LINGAM-ului (la bărbat) sau al lui YONI-ului (la femeie).

Descrierea tantrica echivalenta prezinta la acest nivel un lotus cu patru petale (MULADHARA CHAKRA), in interiorul caruia se afla o a doua „baza" patrata care este guvernata de o zeitate cu cap de elefant (GANESHA) deasupra careia este un triunghi cu vârful in jos ce contine in interiorul sau forma unui LINGAM (prostata) in jurul caruia este incolacita KUNDALINI. De aici observam ca ascensioneaza un canal central (SUSHUMNA NADI (0)) care merge in sus catre ceilalti centri subtili (CHAKRA-ele).

In prostata, sunt, dupa cum se stie, localizate veziculele seminale, care uneori sunt numite „pungile oarbe" sau urticulele prostate. Fiecare din ele are aproximativ marimea si forma degetului mic de la mâna. Veziculele seminale sunt orientate inspre in spate si in sus, in prostata si ele sunt considerate de medicina occidentala ca fiind „omologul barbatesc al uterului si vaginului femeiesc". Ele secreta un constituent alcalin al fluidului seminal, care este asemanator secretiilor produse in YONI-ul unei femei excitate sexual. Tot in aceasta zona se afla canalul ejaculator, care merge din regiunea prostatei pana in imediata vecinatate a rectului. Cu o localizare similara prostatei la barbati, femeile au la rândul lor un cervix, „floarea" uterului. O membrana fina separa CERVIXUL de pasajul anal. Este deci lesne de imaginat, stiind toate acestea, ca o localizare neobisnuita a cervixului si a intrarii uterului poate fi adeseori o cauza fiziologica pentru care multor femei le face o mare placere sexualitatea anala, ele ajungând astfel sa traiasca chiar o stare de ORGASM ANAL.

Blocarea prostatei la barbati si presarea cervixului dinspre interiorul rectului LA FEMEILE CARE NU PRACTICA CONTINENTA SEXUALA, poate determina ca un curent anormal (DESCENDENT! KUNDALINI INVERSAT!) de energie subtila sexuala sa se acumuleze si sa fie descarcat intr-o directie descendenta. O asemenea KUNDALINI inversata duce de obicei destul de repede la nevroza si face sa apara unele probleme sau tulburari de personalitate. In asemenea cazuri, sensibilitatea benefica si spontana fata de umor este inlocuita de cinism. Alte simptome fizice sunt: o ingrasare dizarmonioasa urmata de o ingrosare brusca a partii inferioare a corpului: talia, soldurile si picioarele devin IN MOD STRANIU mai grase, mai greoaie, fara a exista vreo schimbare considerabila a obisnuintelor alimentare la fiinta umana in cauza. Multe simptome similare apar adesea (LA BARBAT) in cursul „andropauzei", si sunt in special asociate cu indepartarea chirurgicala a prostatei.

Regimul alimentar fara carne, tutun, cafea, alcool, modul de viata si deprinderile sexuale sanatoase contribuie toate la unison la depasirea problemelor grave care sunt în anumite cazuri generate de KUNDALINI inversata.

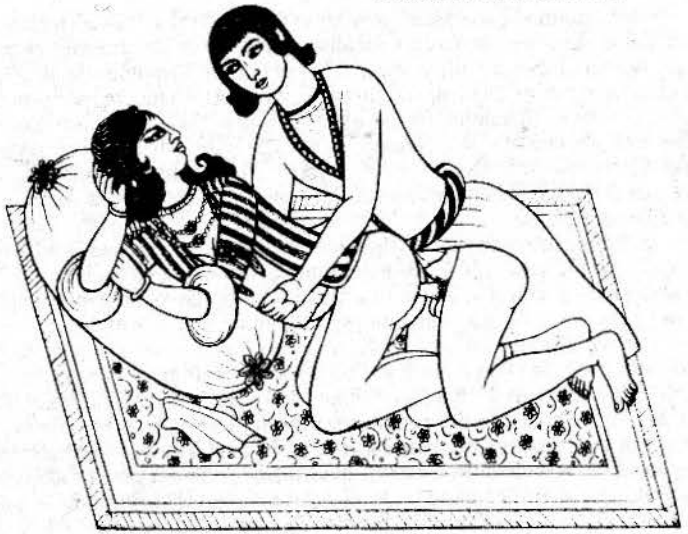
Când energia sexuala care rezulta prin TRANSMUTAREA BIOLOGICA a potentialului sexual este orientata numai catre in sus (SUBLIMARE ARMONIOASA) fiind facuta sa circule prin tot corpul, morbiditatea psiho-fizica este inlocuita de o extraordinara stralucire spirituala transcendenta, de bunastare, de fericire radianta, de optimism, de buna dispozitie si de intelepciune.

„Închideti ferm orificiul anal cu ajutorul câlcâiului piciorului stâng, apasati apoi cu grija câlcâiul, miscati dupa aceea încet si foarte atent muschii rectului si contractati cu putere dar progresiv muschii lui YONI sau ai regiunii perineului (spatiul dintre anus si sex). Reduceti acum respiratia folosindu-va pentru aceasta de JALANDHARA BANDHA (apasarea ferma si continua a barbiei în piept care este însotita de încordarea muschilor gâtului). Aceasta este ceea ce se numeste MAHABANDHA si se spune ca ea este eficienta pentru eliminarea slabiciunilor de tot felul si chiar pentru a triumfa asupra mortii. Pe cel ce stie cum sa o foloseasca în mod corect, MAHABANDHA îl ajuta la îndeplinirea tuturor dorintelor binefacatoare si la realizarea celor mai înalte aspiratii."

GHERANDA SAMHITA

„Marea energie cosmica KUNDALINI, energia cea pura a Sinelui Suprem (ATMAN), zace adormita aproape de rect, în regiunea numita MULADHARA CHAKRA. Ea are forma unui sarpe care este încolacit de trei ori si jumatate. Atât timp cât ea este adormita în corp, Sufletul este doar un animal, si adevarata cunoastere nu apare. Contractati apoi ferm si cu putere si apoi dilatati sfincterul anal iarasi si iarasi urmarind clipa de clipa sa simtiti tot ceea ce se petrece în acel focar de forta care se trezeste astfel. Aceasta este ceea ce se numeste ASHWINI MUDRA, si despre ea se spune adeseori ca este cel mai eficient mod de a o trezi pe SHAKTI cea interioara."

GHERANDA SAMHITA



Un cuplu arab practicând sexualitatea anala. Pictura miniaturala persana datând de la începutul secolului al XIX-lea.

MISTERELE CELOR O MIE ŞI UNA DE NOPŢI ARABE

Însăşi cuvintele „nopti arabe" evocă pentru noi aproape imediat niste imagini senzuale şi exotice: un bărbat ce se află într-un harem, întins pe perne într-o cameră plină de covoare, cu o pipă în mână, cu câte o femeie frumoasă şi aproape goală pe fiecare brat, cu servitori oferind dulciuri delicioase anturajului de dansatoare fermecătoare şi muzicieni. Acestea sunt în general ideile cele mai răspândite care sunt legate de Arabia. Shaykh Nafzawi ne oferă o descriere tipică în lucrarea sa considerată clasică „Grădina Parfumată":

„El ajunse apoi la draperia care era atârnată la intrare; fiind făcută din brocart roşu. De acolo el examină încăperea, care era scăldată în lumină, fiind plină cu multe candelabre şi lumânări intens parfumate ce ardeau în sfeşnice de aur. În mijlocul acestui salon fermecător tăşnea un jet de apă parfumată cu mosc. O faţă de masă albă era întinsă pe podea, de la un capăt la altul, fiind acoperită din abundenţă cu cărnuri şi diferite fructe exotice.

Salonul conţinea o superbă mobilă aurită, a cărei splendoare uimea şi încremenea privirea. De fapt, acolo peste tot se aflau ornamente de tot felul. Privind mai îndeaproape, Regele constată că în jurul fetei de masă se aflau doisprezece fecioare şi şapte femei, toate extraordinar de frumoase şi de albe precum Luna. El fu uluit de frumuseţea şi de graţia lor. Atenţia îi era atrasă mai presus de toate de o femeie cu pielea extraordinar de albă ca Luna plină, de o frumuseţe perfectă, cu ochi negrii, cu obraji ovali şi cu talia suplă şi graţioasă; ea umilea inimile celor care se îndrăgosteau de ea. Copleşit şi îmbătat de frumuseţea ei, Regele era parcă năucit. Atunci el îşi spuse: „Cum o să mai ies din acest loc? O, Spirite, numai să nu dau frâu liber iubirii!"

Continuând să privească foarte atent la ceea ce se afla în acea cameră, el observă paharele pline cu vin care se aflau în mâinile celor prezenţi; ei beau şi mâncau. Atunci el auzi o femeie spunându-i uneia din însoţitoarele ei: „O, cam este timpul să mergem la culcare, somnul ne copleşeşte. Vino, hai să aprindem o torţă şi să ne retragem amândouă în camera cealaltă." Auzind aceasta, Regele se ascunse. Cele două femei se întoarseră după aceea de la baie şi închiseră uşile camerei. Cu mintile îmbătate de vin, ele se porniră să-şi smulgă pline de pasiune hainele una alteia şi când au rămas complet goale s-au întins pe pat şi începură să se mângâie cu încântare".

În harem, între femeile musulmane existau adeseori relaţii ca între surori sau de cele mai multe ori chiar lesbiene. Ritualul îmbăierii, cu spălare, săpunire, masaj şi depilare reciprocă, cultiva o ambianţă intimă de o intensă senzualitate care era foarte des asociată poligamiei şi sexualităţii tipic orientale.

Potrivit „Coranului", unui bărbat îi este permis să aibă până la patru neveste simultan, cât şi un anumit număr de amante. Potrivit precizărilor clare ale lui J.G. Bennett, unul dintre comentatorii învăţăturilor lui Gurdjeff, Legea dată de Mahomed specifica trei condiţii ale poligamiei. Mai întâi, trebuie să existe mijloacele de a asigura nevoile mai multor familii. În al doilea rând, la acel bărbat trebuie să existe o suficientă dragoste şi virilitate pentru a putea satisface mai multe femei. În al treilea rând, este necesară o suficient de mare autoritate interioară din partea bărbatului, pentru ca mai multe femei să îl accepte. Reprezentarea acestor trei condiţii diminuau într-o oarecare măsură frecvenţa poligamiei."

Richard Burton, traducătorul englez al „Noptilor Arabe" (publicată în premieră în 1885 într-o ediţie privată), explică, inspirându-se din sursele tradiţionale, astfel: „Dacă un bărbat are doar o singură soţie, atunci ea se consideră egala lui, se încăpăţânează adeseori, îşi dă aere şi joacă teatru. Dacă el are două soţii atunci ele se ceartă mai mereu între ele. Dacă el are trei soţii, acestea nu mai sunt o companie bună, fiindcă două dintre ele se vor coaliza întotdeauna împotriva celei mai frumoase dintre cele trei şi astfel vor face ravagii în casă. Dacă el are patru soţii, aceasta este cea mai bună soluţie, căci dacă ele se ceartă, se pot împăca atunci cu mai multă uşurinţă, restabilindu-se astfel armonia. Soţul se bucură atunci de o oarecare pace". Burton afirmă în continuare că restricţia musulmană de a avea doar patru neveste la un soţ derivă dintr-o tradiţie evreiască mai veche.

Deşi viziunea populară asupra „Noptilor Arabe" este asociată poligamiei şi senzualităţii fără restricţii, majoritatea musulmanilor moderni nu au mai mult de o nevastă şi tind spre un excesiv conservatorism în obişnuinţele lor sexuale. Femeile încep să aibă un rol activ în societatea islamică şi deja unele din restricţiile ce le-au fost impuse au început să dispară. Cu toate acestea, cultura arabă rămâne patriarhală şi sovină în esenţă. Versiunea hollywoodiană tradiţională a „Noptilor arabe" este greu de regăsit în lumea reală.

Islamul este întesat cu superstiţii primitive vizând actul sexual, care, dacă sunt analizate atent, pot fi reduse la oroarea paranoică că femeile ar putea ajunge cumva să-i domine pe bărbaţi. Tocmai din această cauză posturile sexuale cu femeia deasupra şi asumându-şi un rol activ sunt privite cu suspiciune şi declarate „nesănătoase", din cele mai aberante motive. Shaykh Nafzani, de pildă, afirmă că „Dacă realizezi actul amoros cu femeia deasupra, coloana ta vertebrală va avea de suferit şi inima îţi va fi afectată; şi în plus dacă în această poziţie cea mai mică din picăturile care provin din secreţiile normale ale femeii va pătrunde în organul tău, aceasta îi va genera dureri."

Datorită faptului că nu cunosc CONTINENŢA SEXUALĂ, musulmanii asociază actul sexual cu o anumită vină sau cu un păcat, după cum subliniază Ghazali (misticul sufit din secolul al XI-lea): „Este o practică conjugală bună, ca un bărbat să-şi întoarcă faţa în direcţia Meccăi în timpul implicării într-un act sexual, din respect pentru Locurile Sfinte". Ghazali avertizează de asemeni că atât prima cât şi ultima zi a lunii, şi de asemeni cea de la mijlocul lunii sunt nepotrivite pentru contactul sexual, căci în asemenea nopţi „diavolul însuşi este prezent la uniunea amoroasă". Femeilor arabe li se interzice în general să doarmă sau să stea pe spate în afara actului sexual, căci se crede că „dacă vor dormi în această poziţie, diavolul va încerca mai mereu să le posede".

Există de asemeni mult sovinism masculin în învăţăturile musulmane despre sexualitate. Femeile au, cel mai adesea, statut de proprietăţi şi sunt privite ca fiind mai jos decât cetăţenii din a doua clasă socială. O zicală populară musulmană spune că: „Ruşinea unui bărbat se întinde de la buricul său până la genunchi, în timp ce ruşinea unei femei de întinde de la vârful capului până în vârful degetelor de la picioare". Chiar şi Ibn Arabi, misticul sufit din secolul al XII-lea, ne oferă asupra lumii o viziune disprepuitoare: „Femeia se situează la un grad inferior faţă de bărbat. În ceea ce priveşte bărbaţii, ei sunt cu un grad deasupra femeilor". Dumnezeu, bărbatul şi femeia formează un triunghi. Bărbatul se îndreaptă spre DUMNEZEU care se află la originea sa, iar femeia se îndreaptă

către bărbat. Când bărbatul iubește femeia, el dorește să realizeze cu ea unirea cea mai completă care poate să existe; și în tot universul material nu există unire mai intensă decât actul iubirii fizice. Prin intermediul ei, voluptatea se răspândește în toate părțile corpului; iată de ce legea sacră musulmană prevedea spălarea și purificarea completă a corpului după actul conjugal, așa cum topirea completă a bărbatului în femeie a fost totală după extazul voluptos al unirii amoroase. Căci Dumnezeu este gelos pe servitorul Său. El nu tolerează ca acesta să găsească o așa de intensă plăcere în alt loc care se află în afara Lui".

Potrivit lui Ghazali, există o tradiție conform căreia profetul MAHOMAD a spus odată: „Nici unul dintre voi să nu se arunce asupra femeii precum o brută, ci să fie mai întâi o comunicare plăcută între soț și soție." Fiind întrebat la ce fel de comunicare se referea, el a răspuns: „Un sărut și cuvinte dulci." Se zice că altădată, în „Predica pelerinajului de adio", MAHOMED ar fi declarat: „Vă rog să vă purtați frumos cu femeile voastre, căci ele nu vă sunt prizoniere. Ele nu posedă nimic din ele însele. Dumnezeu vi le-a încredințat și El este acela care vă permite să vă bucurați de corpurile lor. Bărbații și femeile au drepturi unul asupra altuia. Femeile au dreptul la hrană și la îmbrăcăminte decentă și voi ca bărbați aveți dreptul ca nimeni pe care voi îl considerați respingător să nu vă calce pragul căminului. Femeile tale nu trebuie niciodată să permită nimănui să intre în casa ta fără permisiunea ta. Dacă ele procedează altfel, tine-le la distanță în pat și chiar bate-le, dar nu prea tare". Întrebat: „Care femeie este cea mai bună?", profetul MAHOMED a răspuns: „Aceea care este cea mai plăcută privirii soțului ei, care i se supune imediat atunci când primește o poruncă și care nu-i cauzează nici o supărare prin tot ceea ce este sau face." Aisha, nevasta preferată a lui MAHOMED, a spus odată: „Femeile sunt păpușile bărbaților. Tocmai de aceea bărbatul trebuie să-și înfrumusețeze păpușa cât mai mult." Apoi a adăugat: „Ca jucărie preferată a bărbatului, femeia trebuie să fie tratată bine." Abordarea tipic musulmană a sexualității este foarte lumească și fizică. Dominației masculine și puterii patriarhatului li se acordă prioritate aproape până la totala desconsiderare a femeilor. Ideea ca bărbatul își posedă femeia sau femeile este tipică pentru o viziune obsesivă patriarhală. Pretenția unei servituți totale și neconditionate din partea femeii nu poate fi decât rezultatul dezechilibrant al dorinței de dominație masculine. Adevăratul serviciu între iubiți nu poate proveni decât dintr-un respect mutual. Islamul deformează și amplifică valoarea agresivității sexuale masculine și, aproape fără excepție, este lipsit de iubire și respect față de nevoile și drepturile femeilor.

În societatea islamică, zicala populară „grasă și frumoasă" se aplica mai ales femeilor; prețurile femeilor se plăteau adesea în strânsă legătură cu greutatea corporală a fetei de măritat. La bărbați organele sexuale mari sunt mult apreciate, iar succesul lor pe plan sexual este echivalent cu o cât mai clar manifestată agresivitate masculină. După spusele lui SHAYKH NAFZAWI: „Coitul este foarte binefăcător pentru persoanele puternice, sănătoase, cu o structură robustă, dar el este dăunător celor cu înzestrări opuse. El adaugă: „Dacă fuzionezi amoros cu o femeie, mulțumește-o de mai multe ori dacă simți dorința, dar ai grijă să nu exagerezi, căci cu adevărat se spune că «Cel care intră în jocul iubirii de dragul lui însuși și pentru a-și satisface dorințele trăiește cea mai intensă și mai durabilă plăcere. Cel care o face însă pentru a satisface poftele lacome ale altei persoane se va vlăgui, își va pierde dorința și va sfârși prin a deveni impotent»." O tradiție

veche afirma că MAHOMED i-a sfătuit pe cei care-l urmau să „aleagă virgine când își caută soții, căci ele au buzele cele mai dulci, pântecele cele mai fertile și pielea cea mai albă." SHAYKH NAFZAWI afirmă că: „Contactul sexual cu fete sub vârsta de treisprezece ani este nerecomandat, căci aceasta poate să întunece mintea sau să-i dăuneze bărbatului, cauzându-i uneori depresii și fantezii morbide."

Multe posturi amoroase care sunt descrise în arta erotică islamică sunt preluate direct din străvechile manuale de sexualitate ilustrate ale hindușilor. Atât KAMA SUTRA, cât și ANANGA RANGA au fost prezentate în limba arabă în ediții prescurtate sau adaptate. Totuși, adeseori aceste traduceri au fost deformate în mod grosolan pentru a evidenția permanent viziunea musulmană a dominației și superiorității masculine.

Trebuie însă să recunoaștem faptul că, învățăturile lui MAHOMED despre sexualitate erau ceva mai potrivite, deoarece aduceau o îmbunătățire a culturii extrem de agresive și primitive care domina Arabia. Este ciudat că Kaaba, clădirea în formă de cub care se află în Marea Moschee de la Mecca are în interior o piatră sau poate un meteorit negru care era odată adorat ca fiind un simbol al feminității exaltate. Vechii locuitori din Mecca adorau mai demult zeitățile-mama din piatră, în jurul cărora se practica circumambulațiunea rituală, precum în jurul Kaabei din Mecca în zilele noastre. Panteonul pre-islamic este alcătuit din nume și figuri de sfinți și din o triadă de zeițe, Allat, Al-Uzza și Manat, care domneau peste întreaga Arabie. Toate altarele și reprezentările zeițelor au fost după aceea distruse din ordinul lui MAHOMED, care le asocia cu străvechile culte ale misterelor babiloniene. Se pare că MAHOMED nu credea în puterile tainice ce erau emanate de astfel de așezăminte străvechi și a hotărât să ridice patriarhatul până la o poziție de supremație absolută.

Islamul nu ne prezintă aproape nici o viziune mistică atotcuprinzătoare despre sexualitate. Dacă facem comparații cu învățăturile Chineze și indiene în acest domeniu, descoperim lipsa aproape evidentă de sensibilitate sexuală a culturii arabe. Cu toate acestea, Islamul i-a inspirat pe unii dintre cei mai mari mistici ai lumii pe linia spirituală a sufiților, ale căror poezii inspirate de iubire și imnuri mistice au devenit destul de repede cunoscute în Occident. Sufismul a găsit o importantă sursă de inspirație în străvechile învățături mistice indiene. HAZRAT JNAYAN KHAN, de exemplu, care a făcut multe eforturi în ultimul timp pentru a introduce sufismul în Vest, s-a referit aproape exclusiv la surse hinduse pentru a-și argumenta ideile. Poezia sufită exaltă cel mai adesea feminitatea prin intermediul alegoriei, respectând doctrina islamică și în același timp făcând aluzii prudente la faptul că iubirea absolută reciprocă dintre un bărbat și o femeie reflectă de fapt iubirea lui Dumnezeu pentru creațiile Sale.

Deși viziunea populară și romantică asupra Noptilor arabe este departe de adevărata față a iubirii din Orientul mijlociu, cuplurile moderne pot totuși să se inspire din această formă de iubire care era practicată în trecut. În imensa lucrare a lui RICHARD BURTON intitulată „Noptile arabe" există unele descrieri profund senzuale ale actului amoros care pot constitui chiar și astăzi pentru noi o minunată sursă de inspirație. În cea de-a douăzeci și șasea povestire întâlnim următoarea descriere:

„Când am intrat și am luat loc, o femeie foarte frumoasă a intrat imediat și am văzut că era încoronată cu o diademă de perle și pietre prețioase; ea avea

fata punctată de alunite artificiale de culoare indigo, sprâncenele îi erau desenate cu Kohl iar mâinile si picioarele îi erau frumos înrosite cu Henna. Când m-a văzut a zâmbit, a venit către mine, m-a îmbratisat, m-a strâns la piept si apoi si-a apăsat cu pasiune buzele pe buzele mele si m-a sărutat mângâindu-mă în interior cu limba, iar eu i-am făcut la fel. Apoi ne-am asezat si am început să vorbim. Eu îmi cam tineam capul în jos sfios dar ea nu a rămas mult cu mine, ci a ieşit si apoi s-a întors pentru a pune în fata mea o tavă cu cele mai alese cărnuri marinate, cu cărnuri fripte muiate în miere de albine, cu pui umpluti cu zahăr si fistic din care am mâncat amândoi până ne-am săturat.

Apoi ni s-a adus un lighean si un ulcior si ne-am spălat pe mâini si ne-am parfumat cu apă de trandafiri moscată si am început din nou să vorbim. Apoi am început să ne jucăm, să ne hârjonim si în continuare ne-am pipăit intim si ne-am sărutat până la căderea noptii, când servitoarele ne-au pus din nou dinainte cărnuri si o carafă plină cu vin si ne-am pus pe mâncat si pe chefuit până la răsăritul Lunii, când ne-am dezbrăcat si după ce am rămas goi-goluti, am ajuns să ne dezmierdăm si am făcut dragoste ore în sir astfel că niciodată în viată nu am văzut o noapte atât de minunată ca aceea."

Imaginile bogate si mirifice care sunt descrise în „O mie si una de nopti" pot fi transpuse în ambianta fiecăruia dintre noi. În loc să-si limiteze în mod stereotip cuibul dragostei la standardele occidentale de decor, un cuplu perfect continent trebuie să învete să-si diversifice aranjamentele interioare spre a include în ele unele elemente exotice. Când acestea sunt însotite de abordarea tantrică a Principiului Creator, dormitorul poate astfel să se transforme într-o minunată scenă , unde se va derula pentru noi transfiguratorul joc erotic.

„Fii pentru el pământul si el va fi pentru tine cerul; fii pentru el un loc de odihnă si el va fi pentru tine un sprijin de nădejde; fii pentru el roaba si el va fi pentru tine un sclav. Nu te agăta ca o disperată de el, ca să nu se scuture cumva de povara greutătii tale - si totusi nu te tine departe de el prea mult, pentru ca el niciodată să nu te uite. Dacă vine cu iubire spre tine, atunci apropie-te si tu cu iubire de el; dar dacă se îndepărtează prea mult, atunci păstrează si tu distanta. Fii foarte atentă când, îl vezi, la nările, la urechile si la ochii lui, ca să nu miroasă niciodată altceva decât parfumul aromat al corpului tău care freamătă de pasiune si să nu audă nimic altceva despre tine decât vorbe bune si să nu vadă în tine nimic altceva decât o neasemuită frumusete." GHAZALI

„Chiar dacă în exterior tu arăti ca îti conduci iubita, tu îti doresti totusi ca ea să te domine în interior. Aceasta este o caracteristică omenească, căci celelalte animale nu cunosc iubirea si în aceasta ele ne sunt inferioare. Profetul a spus că femeia se află cu mult deasupra celor înteleptI, în timp ce ignorantii se află cu mult deasupra ei. La acestia din urmă, ferocitatea animală este imanentă, iubirea si tandretea sunt calităti umane; mânia si destrăul sunt caracteristici animalice. Femeia este o rază tainică a lui Dumnezeu, ea nu este o iubită pământeană. Ea este creatoare; s-ar putea chiar spune că ea nu a fost creată."
RUMI

Act amoros arab. Desen realizat după o pictură miniaturală din secolul al XIX-lea.

TĂIEREA ÎMPREJUR SAU CIRCUMCIZIA

Taierea împrejur este un obicei foarte vechi, care se găseste în diverse culturi. Sunt indicii că circumciziunea era practicată în Egiptul de dinaintea dinastiilor. În timpul Vechiului Regat (aproximativ anii 2780-2271 î. Hr.), tăierea împrejur era ceva obisnuit, după cum atestă basoreliefurile în care este zugrăvit acest rit. Hieroglifa egipteană obisnuită care reprezintă LINGAM-ul are semnul circumciziei. S-a sugerat că initial în istoria Egiptului, taierea împrejur era rezervată nobilimii, si că de-abia mai târziu s-a extins la toti bărbatii. Poate clima excesiv de caldă, care adeseori putea crea iritatii si eruptii în jurul preputului, a fost un factor semnificativ ce a dus la utilizarea pe scară largă a acestei practici.

După toate probabilitătile, evreii au preluat acest obicei egiptean atunci când au introdus în religia lor circumciziunea rituală. Există, de exemplu, numeroase asemănări si afinităti între vechile ritualuri egiptene si cele schitate pentru uzul ceremoniilor evreiesti. Tabernacolul era special făcut din lemn egiptean, si se pare că Chivotul Legii derivă din Barca cea Sfântă a faraonilor egipteni. Traditia spune că evreii au fost tăiati împrejur de pe vremea lui Abraham. Punctul de vedere al KABBALA-ei este că tăierea împrejur a bărbatilor simbolizează un legământ cu Yahweh, si reprezintă o initiere în suferinta lumii. Moyel-ul evreiesc, sau preotul care taie împrejur, este în general foarte

indemânatic si se foloseste de o incantatie si de un ritual pentru a conferi un anumit sens actului respectiv.

Musulmanii au preluat de asemenea în cultura lor circumciziunea. În timpul invaziilor lor în India, ei s-au îngrozit descoperind că buddhistii si hindusii nu erau tăiati împrejur. Circumciziunea a devenit o conditie necesară a acceptării în noua religie; aceleasi săbii care erau folosite în bătălii erau utilizate si în acest scop.

În Orient, taierea împrejur este foarte rară. Învătaturile indiene si tibetane asupra acestui subiect subliniază că circumcizia este folositoare doar din motive medicale, cum ar fi atunci când preputul nu poate fi retractat, situatie care deranjează actul sexual. În ceea ce priveste China, celebrul orientalist si sexolog R. H. Van Gulik scrie: „Merită să mentionăm că nu există nici o urmă de rituri initiatice dureroase pentru băieti sau fete, si că circumciziunea băietilor sm clitoridoctomia fetelor sunt ambele complet necunoscute".

În trecut, tăierea împrejur a reprezentat mai mereu culminarea unui rit initiatic, atât într-un grup patriarhal cât si în anumite triburi. Multe triburi africane primitive folosesc ritul circumciziunii ca pe un test de rezistentă si ca pe o formă de initiere într-un cult. Desi tăierea împrejur este o operatie foarte usoară, efectele ei psihologice pot fi devastatoare. Acest lucru este valabil mai ales în situatia actuală, când tăierea împrejur este adesea realizată mai curând ca un simplu act clinic, decât ca unul ritual. Copiii mai ales sunt extrem de sensibili, si desi durerea este relativ usoară, există pericolul ca circumciziunea să le creeze probleme psihologice si sexuale dacă nu este luată în aceasta directie o atitudine corectă.

Dacă tatăl este tăiat împrejur, cel mai adesea si fiul său va fi circumcis. Dacă familia doreste cu tot dinadinsul să păstreze traditia tăierii împrejur, este de preferat ca operatia să fie realizată ca un ritual plin de semnificatii, de către un preot competent. Dacă familia este nehotărâtă, atunci decizia trebuie să fie luată de către băiatul respectiv, atunci când el devine suficient de matur. Noi consideram că cel mai bine este să se astepte până ce băiatul devine suficient de mare pentru a întelege chiar el, care este exact semnificatia acestui act. Datorită faptului că operatia poate fi realizată la orice vârstă fără durere, datorită anestezicelor, se pare că acum nu mai există motive serioase pentru ca circumciziunea să fie făcută devreme, cu exceptia traditiei sau a unor necesitati medicale.

Circumciziunea masculină constă în tăierea chirurgicală a unei părti sau a întregului prepuț. În general, există tendinta de a tăia prea mult. Acest lucru are loc mai ales la copii, pentru că este destul de greu să-ti dai seama care este cantitatea exactă de piele ce trebuie să fie tăiată. În aceste cazuri, este de preferat circumciziunea pe jumătate, adică tăierea doar a părtii exterioare a preputului. Nici la o persoană matură, rana cauzată de circumcizie nu este foarte dureroasă; ea se vindecă în circa nouă zile, iar actul sexual normal se poate realiza, după aceea, după trei săptămâni.

Circumciziunea nu este deloc necesară din motive de igienă. Un baiat

netăiat împrejur trebuie învătat, totusi, cum să-si păstreze LINGAM-ul curat. Părintii trebuie să-i explice cum trebuie să-si tragă cu grijă preputul si să-si spele partea interioară a LINGAM-ului cel putin o dată la câteva zile. La un băiat necircumcis, preputul nu trebuie tras complet până după vârsta de trei ani.

Unele conditii medicale specifice determină, totusi, ca circumcizia să fie de preferat. Iritarea, jena si înrosirea persistentă a suprafetei interioare a preputului si a capului LINGAM-ului reprezintă o asemenea indicatie. Atunci când sunteti în dubiu dacă este bine să vă tăiati împrejur sau nu din motive medicale, cel mai indicat este să consultati un specialist.

Unii sugerează că ejacularea prematură poate fi uneori vindecată prin circumciziune, chiar la o vârstă relativ înaintată, pentru că aceasta confera o oarecare scădere a sensibilitătii LINGAM-ului. Pe de altă parte, unii considera că tocmai această scădere a sensibilitătii este unul dintre dezavantajele operatiei. Părerile medicale sunt la ora actuală împărtite aproape egal pro si contra practicii generale a circumciziunii, desi în majoritatea spitalelor ea este realizată ca o rutină la copiii de sex masculin. Noi considerăm că pentru circumcizie, cel mai neplăcut aspect este atmosfera unui spital clinic, care tocmai din această cauză este cel mai bine să fie ocolită.

În ceea ce priveste circumciziunea feminină (tăierea chirurgicală a unei părti sau a întregului clitoris), această este cu siguranță una dintre cele mai crude inventii ale bărbatului. Prima oară se face referire la ea în perioada ptolemaică târzie a istoriei egiptene (aproximativ anii 300-30 î. Hr.), ea fiind încă practicată în unele culturi arabe si africane. Ea a fost introdusă în Occident în perioada victoriană, probabil pentru a împiedica fetitele să se joace cu YONI-ul lor. Din fericire, circumcizia feminină a fost oprită în Occident.

Alegerea pentru circumcizia masculină reprezintă un aspect al sexualitătii care este cel mai bine să fie rezervată individului sau familiei. În afara spitalului, ea poate fi realizată ca un ritual plin de semnificatii, cu unele posibile beneficii fizice. Totusi, există motive pentru a amâna decizia de a tăia împrejur sau nu, până când băiatul în cauză este suficient de matur pentru a hotărî aceasta el însusi.

„Ea l-a întrebat, prin intermediul interpretului, de ce musulmanii cer să fie făcută circumciziunea, cauzând atâta suferintă băietilor lor. «De altfel, a concluzionat ea, aceasta înseamnă a corecta creatia lui Dumnezeu, care în felul acesta este considerată ca fiind nefolositoare» «Ah, spuse conducătorul musulman, spune-i că circumciziunea e de cea mai mare valoare, pentru că o creangă, dacă este curătată, ea va creste după aceea puternică, groasă si tare. Atât timp cât această operatie nu este realizată, ea va rămâne subtire si slabă»".

IBN HAYYAN

MENSTRUAȚIA: ZĂPADA ROȘIE

Tradiția chineză vorbește despre menstruație ca fiind Musafirul Lunar, Fluidul Regulat, Fluxul Roșu, Șuvoiul Florii De Piersică sau Zăpada Roșie. Ca în majoritatea celorlalte culturi antice, în China se obișnuia ca în această perioadă femeia să se separe de activitățile ei normale lumești. În timpul menstruației, femeia nu trebuia să gătească sau să ia parte la treburile familiale sau la ritualurile religioase, și, în general, i se punea pe frunte un punct roșu pentru a-i indica astfel condiția.

Tabuurile asociate menstruației sunt practic universale. Ele există atât în culturile primitive cât și în cele sofisticate, în India, China, Japonia, Insulele Pacificului, America de Nord și de Sud, Orientul Mijlociu și unele părți ale Europei. În toate aceste locuri ale lumii există de obicei anumite reguli pentru femeile aflate la menstruație.

În timpul menstruației femeia este în general mai deschisă, receptivă și ceva mai vulnerabilă decât de obicei; ea este adesea pradă unor stări și emoții pe care un bărbat cu greu le poate înțelege. Toate semnele asociate începutului menstruației cum ar fi toanele, iritabilitatea, apatia, crizele de pasiune, mărirea sânilor și a stomacului, creșterea bruscă a greutății, iritații ale pielii, roseața și așa mai departe, sunt atunci cauzate de schimbările hormonale care sunt însoțite de eliminarea din corp a unor elemente toxice. Acesta este un timp al completei purificări, când femeia se pregătește pentru a deveni „iarăși nouă", așa cum face lunar însăși Luna.

Asocierea menstruației cu Luna și cu ciclurile lunare este universală din punct de vedere cultural. Există chiar unele tabuuri legate de „uitatul la Lună în timpul menstruației". Se credea că ISHTAR, zeița Lunii în vechile culturi mediteraneene, avea menstruație în timpul perioadei de lună plină. Hindușii cred că femeia la ciclu se află sub influența Lunii și tocmai de aceea ea trebuie să fie respectată și tratată cu grijă. Hindușii ortodocși sunt foarte susceptibili în privința atingerii sau chiar a privirii unei femei aflată la ciclu. Se crede chiar că atunci femeile pot strica mâncarea sau covăsi laptele. Conform tradiției, femeia nu trebuie să facă deloc baie în timpul menstruației. Totuși, la terminarea ciclului, ea trebuie să se spele integral, sau chiar să facă o baie completă de nămol, lăsând nămolul să i se usuce pe corp și apoi spălându-l. Părul ei este șamponat și, în culturile islamice, este dat cu henna. După aceea ea este privită ca fiind „în întregime nouă", și este considerată atunci încă o dată „virgină".

În tradiția hindusă, sângele menstrual este considerat ca fiind o formă a lui AGNI, zeul Focului. Aspectul mistuitor și sulfuros al sângelui menstrual este acela care, conform învățăturii secrete TANTRA-ice, este atât periculos, cât și plin de putere. Învățăturile TANTRA-ice afirmă că, mai ales la ciclu, femeia reprezintă în mod virtual intruparea energiei subtile vitale descendente (APANA), care controlează funcțiile excretorii ale corpului.

Sângele menstrual este format din rămășitele conținutului uterin, împreună cu celule-ou moarte, hormoni estrogeni, lecitină, compuși cu arsenic și el prezintă de asemeni concentrații bogate ale mineralelor esențiale cum ar fi fierul sau fosforul. Mai ales acestora, învățăturile orientale mistice și alchimice le spun „sulfuroase". TRATATUL DE AUR al lui Hermes Trismegistos, rodnica lucrare de alchimie occidentală, priveste la rândul său sângele menstrual într-un mod similar, denumindu-l „pucioasă", „alifie" sau „înțelepciunea cea ascunsă". „Știm că fertilitatea pământului nostru este pucioasa", susține Tratatul de Aur „Pucioasa colorează și fixează, caci ea reprezinta legatura tututor tincturilor alchimice."

Din punct de vedere laic, femeia pierde o anumită substanță în timpul menstruației. Musulmanii au o frică teribilă de puterea sângelui menstrual, la fel ca și brahmanii ortodocși. În multe culturi, bărbații nici măcar nu vor să mai păsească pe unde a trecut o femeie la ciclu. În societățile primitive, sângele menstrual era utilizat în ritualurile de magie neagră pentru a încărca negativ (malefic) vrăjile și amuletele.

Yoghinii tantrici care sunt perfect continenți privesc o femeie la ciclu ca pe o încarnare a Mamei KALI, Puterea Transcendentă, care face legătura între această lume și cealaltă. O formă mistică a acestui principiu feminin, cunoscută ca fiind zeița VAJRAVARAHI, este descrisă în textele tantrice ca „picurând cu sânge și apăsând cu pasiune coapsele iubitului ei atât cu picioarele cât și cu șezutul".

În conformitate cu învățătura secretă TANTRA, femeia este „foarte specială" în timpul menstruației. Ea reprezintă atunci o tainică „poartă către celelalte lumi". Yoghinii perfect continenți înțeleg puterile profund revitalizante și reîntineritoare ale sângelui menstrual. În ritualurile amoroase care sunt menite să utilizeze, în cadrul fuziunii amoroase-sexuale realizate cu continență, aceste puteri, femeia își asumă atunci rolul activ și devine KALI, care este Inițiatoarea în transcendență.

Se consideră în general că nu este bine să se facă dragoste cu o femeie la ciclu în postura standard a „misionarului" sau cu „femeia culcată pe spate", deoarece atunci mișcările amoroase vor împinge energia descendentă a femeii

Postură amoroasă taoistă cu femeia care joacă rolul activ. Asemenea posturi amoroase sunt mai ales potrivite actului sexual realizat cu continență atunci când femeia este la ciclu. Reprezentare după o pictură chinezească de la sfârșitul secolului al XVIII-lea.

și excretiile declanșate înapoi către în sus, determinând astfel sublimarea acestora. Aceasta, atunci când nu se cunoaște trasmutația biologică și sublimarea, se consideră că se împotrivește fluxului natural. Totuși, în cazul femeilor care practică continența și fac dragoste în timpul ciclului uneori ciclul se poate chiar opri din această cauză, de aici rezultând o reabsorbție prin transmutație biologică a acestor secreții care vor mări forța vitală și vor îmbunătăți sănătatea femeii.

În conformitate cu învățătura secretă tantrică, bărbatul este atunci așezat pe pat sau pe covor, în timp ce femeia se așează călare peste el. Asumând atunci fără jenă sau reținere rolul activ în relația sexuală, realizată numai cu continență, ea face astfel dragoste cu el, vărsând energia subtilă descendentă și libațiunea fluxului ei menstrual pe LINGAM-ul lui în erecție. El primește astfel esența revitalizantă a sângelui ei care este bogat în ovum, care ar fi fost baza susținerii vieții unui foetus, iar ea scapă astfel într-un mod foarte plăcut de durerile și crampele menstruale. Multe texte TANTRA-ice consideră că amorul realizat NUMAI cu continență cu o femeie vitală și senzuală aflată la ciclu conferă puteri de reîntinerire fizică și totodată este o formă de inițiere în realizarea transcendentei și a înțelepciunii. Unele texte secrete tantrice indică chiar că în cazul unei femei pure, vitale, senzuale și sănătoase iubitul acesteia să-i savureze prin amor oral secrețiile menstruale.

Ciclul menstrual este în principal controlat de hormonii feminini estrogeni și progesteroni, deși hormonul masculin (testosteron) este secretat în mod continuu de-a lungul întregului ciclu menstrual. Pilulele anticonceptionale sunt, după cum se știe, făcute din hormoni feminini sintetizați, care vizează să reguleze ciclul menstrual. Totuși, aceste palide beneficii pot fi foarte mult diminuate de faptul că acești hormoni de sinteză modifică ciclul menstrual natural al femeii.

Un studiu care a fost realizat recent asupra menstruației a descoperit că ciclurile menstruale ale femeilor care locuiesc împreună tind să se sincronizeze. Conform concluziilor care au rezultat după terminarea studiului, „cu cât femeile locuiesc mai mult timp împreună, cu atât ciclurile lor menstruale tind după aceea să apară în aceleași zile, chiar dacă majoritatea pretind că nu sunt constiente când se declanșează la celelalte menstruația."

Studiul a descoperit de asemeni faptul că fetele care nu practică continența și care au mereu un iubit (necontinent) tind să aibă ciclul menstrual mai scurt și mai regulat.

În modul de viață modern există mulți factori care influențează negativ ciclul menstrual al femeii. Indispoziția emoțională, tensiunea, frustrarea sexuală, dieta și călătoritul excesiv pot face ca femeia să aibă dureri la ciclu și să altereze periodicitatea acestuia.

Ideea că femeia este periodic reînnoită după încetarea ciclului menstrual este susținută de multe tradiții vechi. În culturile clericale tradiția este că menstruația reînnoiește virginitatea. Ciclul femeii este adeseori comparat cu acela

al Lunii, care schimbă și creează diferite influențe la diferite intervale, întorcându-se în cele din urmă ciclic la statutul ei inițial. În tradiția secretă tantrică, femeia este privită ca fiind virgina (KUMARI) imediat după menstruație, ca fiind o tânără soție (SARASWATI) în săptămâna de după ciclu, ca fiind stăpâna casei (LAKSHMI) în următoarea săptămână, și ca fiind o doamnă înțeleaptă (KALI) imediat înainte de menstruație. În timpul ciclului menstrual se consideră că ea este „dincolo de lumesc", „moartă pentru lume și pentru responsabilitățile acesteia", și că în consecință ea este scutită de treburile gospodărești. Această perioadă este cea în care ea constituie legătura tainică dintre această lume și lumea cealaltă.

În rolul ei de mamă și susținătoare a familiei, femeia își petrece majoritatea timpului fiind cel mai adesea prinsă în activitățile lumești. În apropierea ciclului menstrual, ea a devenit asemănătoare unui bărbat datorită ruperii contactului ei cu ceea ce este lumesc, cu sotul sau cu iubitul ei.

Multe dintre regulile pe care trebuie să le respecte femeia la ciclu, cum ar fi faptul ca ea nu trebuie să mai gătească pentru altii sau să ia parte la practicile spirituale sau să se spele în băile comune, se bazează în general pe ideea că în această perioadă atmosfera sau AURA ei bio-psihică este cu totul diferită față de restul lumii. Nu pentru că ea este murdară, ci pentru că atunci ea este „altfel" și pentru că în acele zile ea este de fapt excesiv de deschisă față de fortele subtile nelumești. Acesta este unul dintre principalele motive pentru care, în culturile vechi evoluate, erau amenajate separat locuri speciale în părți ale clădirilor - sau chiar o întreagă casă - pentru ca femeile care se aflau în perioada ciclului menstrual să locuiască acolo.

În mod traditional, un astfel de loc era atunci supravegheat de una sau mai multe femei în vârsta, care se aflau deja la menopauză. Aceste „femei înțelepte" aveau atunci datoria de a avea grijă de mai tinerele femei care se aflau la ciclu, instruindu-le și inițiindu-le în diverse arte, științe, meșteșuguri, în fredonarea anumitor cântece sexuale, în muzică și în felurite tradiții spirituale, care toate puteau fi dupa aceea aplicate cu succes în viața profană. În special acesta era timpul când erau învățate legendele tribului, arborele genealogic al familiei, și când femeile se familiarizau prin anumite inițieri secrete cu puterile transcendentei. Unul dintre grupurile care au păstrat această tradiție este tribul Kailash din Kafiristan, care a rezistat până nu demult culturii islamice. Multe așa-numite triburi primitive din India sau din Africa încă mai au o „casă de menstruație" care atunci este comună pentru femei.

Deși ar fi într-adevăr greu pentru o femeie din lumea de astăzi să aplice această veche tradiție în propria ei viață (aceasta ar însemna aproape o restructurare a societății), unele aspecte ale înțelepciunii antice care sunt legate de menstruație pot fi adaptate cu folos culturii noastre actuale.

Bărbatul mai ales trebuie să fie mult mai protector cu femeia sa în timpul menstruației. Ea trebuie chiar să-și facă un obicei din a nu se implica atunci în

activitati profane, ci mai degrabă să cultive pe cât posibil, sistematic, „retragerea din lume". Procedând astfel, ea se va familiariza atunci, mult mai bine, cu propria sa identitate sexuală și cu schimbările ei ciclice. Auto-izolarea voluntară poate fi, de fapt, foarte recompensantă pentru femeia la ciclu. Această retragere îi va permite printre altele să-și exploreze propriul psihic, oferindu-i în același timp posibilitatea de a se reculege și de a se odihni. Perioada ciclului menstrual este mai ales potrivită pentru meditație, LAYA YOGA, YOGA NIDRA și contemplare și totodată poate reprezenta o mare ocazie de a experimenta în scurt timp, uneori chiar fulgerător, trascenderea lumescului.

Când un cuplu amoros perfect continent este strâns unit și profund empatic, nu e ceva neobișnuit ca bărbatul să experimenteze unele dintre durerile menstruale ale iubitei sale. Acest lucru s-a înregistrat chiar și în cultura islamică. Abu Abbas Saffah a avut o singură soție de care el era profund îndrăgostit. Se spunea despre el că „dacă ea suferea, și el suferea; și chiar când ea avea menstruație, avea și el în felul lui anumite stări lăuntrice." Femeia este în mod spontan în armonie cu ciclul Lunar, iar bărbatul se află în mod natural în armonie cu mai lungul ritm Solar; totuși, bisexualitatea esențială a fiecăruia îl sau o leagă de ambele cicluri cosmice.

Deși părerea hindușilor ortodocși susține că, în perioada ciclului menstrual, cuplul care nu este continent trebuie să se abțină de la a face atunci dragoste, TANTRA afirmă că dacă dorința o cere, în cazul cuplului perfect continent, nu trebuie să existe nici o reținere. Cu o atitudine mentală adecvată, cuplul perfect continent se poate folosi în siguranță și cu plăcere de această perioadă de potență mărită pentru a explora în mod direct și nemijlocit misterele inefabile ale lui KALI și pentru a fuziona plenar cu puterile ei înnoitoare.

Adeptul tantric care este perfect continent trebuie să privească în mod transfigurator o femeie la ciclu, apreciind-o cu veneratie și respect. Ea reprezintă atunci încarnarea vie a lui KALI, puterea cea secretă a transcendenței; sângele ei menstrual (KHAPUSHPA) reprezintă esența cea înfloritoare a feminității, sau cu alte cuvinte este însuși sângele vieții. Având calități supranormale, această este atunci o puternică forță reîntineritoare și profund transformatoare, care poate să purifice și să transforme într-un prețios elixir, orice otravă cu focul ei alchimic. Realizând rituri sexuale dar numai cu continență, cu o femeie frumoasă, vitală și senzuală care se află la ciclu, adeptul viril și plin de aspirație poate înainta mult mai rapid pe Calea Eliberării Spirituale.

KAULA TANTRA

Menstruația durează la femeie doar câteva zile, pentru că astfel Dumnezeu a dorit ca ea să fie folosită pentru a purifica și a curăța în întregime vulva. Când menstruația se termină, femeia se simte mai bine decât înainte.

SHAYKH NAFZAWI

CONCEPȚIE ȘI CONTRACEPȚIE

Pentru a înțelege pe deplin învățăturile străvechi orientale care sunt legate atât de concepție cât și de contraceptie, trebuie să examinăm punctul de vedere tradițional despre modul cum se întrupează în uter o „viață" individuală. Toate tradițiile afirmă că atitudinea mentală este principalul factor în hotărârea atât a concepției cât și a sexului copilului. Timpul când se face dragoste în vederea procreării, în conformitate cu ciclul menstrual al femeii și cu ora din zi sau din noapte, au de asemenea o mare importanță. În cele din urmă, trebuie de asemeni să fie luate în considerație starea de sănătate și alimentația.

În Orient există o concepție generală, cum că primele câteva zile imediat după încetarea ciclului menstrual al femeii sunt foarte favorabile concepției. Această credință este exprimată în lucrările de sexologie indiene, tibetane, chinezești, japoneze și arabe. Scriitorul arab Abu Bakri, de exemplu, spune: „Actul sexual realizat în vederea procreației în a doua parte a nopții, la scurt timp după menstruație și la începutul ciclului lunii, nu dă niciodată greș și permite să se aducă pe lume copii nobili." El mai adaugă interesantă părere că, „copiii concepuți noaptea sunt în general mai nobili decât cei concepuți în timpul zilei."

Un text chinezesc, care citează unele dintre "Secretele sexuale ale Fetei cea Sincera", afirmă: „Există următoarea metodă care a fost fixată pentru a obține copii. În primul rând, trebuie să fie purificată inima și lăsate deoparte toate problemele lumești, meditând și concentrând cât mai ferm mintea cu ajutorul unui post. Apoi, în cea de a treia zi după ce s-a sfârșit ciclul femeii, în perioada dintre miezul nopții și dimineața devreme, bărbatul trebuie să o excite pe iubita sa. Atunci trebuie să aibă loc un preludiu amoros considerabil. Apoi el trebuie să se unească intim cu ea, asigurându-se în prealabil că cele mai intime sentimente ale lui sunt în deplină armonie cu acelea ale ei, și apoi trebuie să procedeze în consecința îmbinând cu atenție propria lui plăcere cu aceea a iubitei sale."

Conform părerii maestrului taoist Peng Tsu, „pentru a obține copii, bărbatul trebuie să-și păstreze cât mai des sămânța (sperma), neejaculând prea des; procedând astfel, el va deveni din ce în ce mai potent. Apoi, dacă el va face dragoste cu femeia lui în treia sau în cea de-a cincea zi după terminarea ciclului ei, ea va concepe."

Tradiția hindusă este foarte asemănătoare în această direcție. Charaka Samhita, o importantă lucrare medicală indiană timpurie, afirmă: „Dacă femeia dorește să conceapă un copil, atunci ea trebuie să aștepte sfârșitul menstruației, după care ea trebuie să facă o baie și să fie bine masată pe tot corpul și șamponată. Apoi, atât ea cât și soțul ei trebuie să se îmbrace în alb și să poarte ghirlande de flori; dorindu-se după aceea mult unul pe celălalt, ei trebuie să facă dragoste cu pasiune."

Același text adaugă că „în timpul unui asemenea act amoros, femeia trebuie să primească sămânța bărbatului stând pe spate, pentru ca în această

postură, toate elementele ei din corp sunt echilibrate si isi pastreaza pozitiile corecte." Multe traditii vechi subliniază rolul posturilor amoroase in conceptie, si considera ca pozitia in care femeia este dedesubt iar bărbatul deasupra, este cea mai eficientă în asigurarea impregnării. Vechile texte ebraice și chinezesti sustin si ele acest punct de vedere.

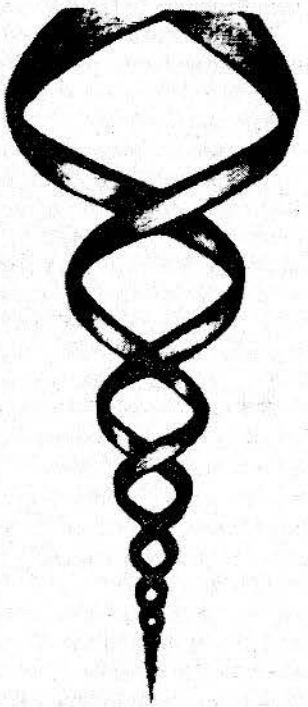
Întregul proces al conceptiei este minunat descris în CHARAKA SAMHITA: „Sământa (sperma), fiind la un moment dat pusa in miscare de către Sinele extatic si insufletita de el, ivindu-se din corpul barbatului, ea se amestecă cu secretiile sexuale ale femeii, după ce a patruns in partile profunde ale YONI-ului ei. Ea ajunge apoi in uter, unde elementul constient (Spiritul), al cărui instrument este mintea, atrage întâi de toate către sine toate componentele necesare. El atrage către sine toate Elementele Vitale, începând cu elementul subtil ETER si continuând cu celelalte (AER, FOC, APĂ și PĂMÂNT)."

Toate învățăturile vechi legate de conceptie subliniază faptul că atunci atitudinea mentală este esentială pentru a garanta succesul. Asa cum afirmă atât de clar marele invatator hindus ATREYA, „se spune că un copil se naste din mama, din tată, din Spirit, din rezonanta si din alimentatie. Există, totuși, intotdeauna un agent de legătură, iar acesta este mintea."

Când un cuplu face dragoste, un „vortex" de energie subtilă extatică rotitoare se ridica prin Centrii Psihici (CHAKRA-e). Învățăturile secrete afirma că acest vortex energetic este acela care atrage și „face să coboare" Spiritul unei ființe deja existente în starea intermediară dintre moarte și naștere si care este conditionată de KARMA. Părintii nu „fac", prin urmare, un copil, ci mai degrabă „atrag" Spiritul acestuia în uter. Corpul fizic este ulterior construit pentru a găzdui Spiritul, preluând din indicatiile genetice care sunt continute in sperma si in ovul. Din punct de vedere biologic, sunt necesari atunci anumiti factori pentru a avea loc conceptia. Femeia trebuie pentru aceasta sa fie sanatoasa si fertilă; bărbatul trebuie pentru aceasta să aibă samântă potentă. Întâlnirea spermei cu ovulul trebuie să aibă loc, pentru aceasta, in timpul perioadei fertile de ovulatie a femeii. Pe lângă toti factorii biologici ai conceptiei, uniunea sexuală trebuie să fie însufletită de o rază de spiritualitate si de dragoste, caci altfel va fi atras un Spirit care va cauza mari disensiuni familiale. Elementele KARMA-ice ale conceptiei nu pot fi exagerate. Iubirea resimtită de cei doi în timpul conceptiei va genera ulterior iubire. Când un copil este conceput cu frică sau cu pasiune, în cele din urmă tocmai aceste sentimente vor prevela în familie. Vortexul subtil energetic, atunci când creează conditiile pentru conceptie, duce sentimentele dominante ale cuplului în tărâmul Spiritelor și de acolo atrage o ființă care reflectă întru totul aceste sentimente. Traditiile esoterice afirmă că acest vortex subtil energetic este în mod corespunzător „colorat" de sentimentele iubitilor și acest „colorit" este acela care atrage (prin declanșarea anumitor procese de REZONANȚĂ) Spiritul copilului ce o să vină ca să se încarneze".

CHARAKA SAMHITA are o viziune deosebită asupra conceptiei. Acest

text afirmă: „Femeia da nastere unui copil care va semana cu persoana la care ea se gândeste cel mai mult în momentul conceptiei." Multi copii nu prea seamănă cu alti membri ai familiei. În general, atât femeile cât și barbatii fantazează în fel și chip în timp ce fac dragoste, mai ales atunci când relatia este pasageră și aparent întâmplătoare. Faptul de a-ți imagina că faci dragoste cu altcineva decât cu iubitul cu care te afli atunci creează astfel posibilitatea ca femeia să dea nastere unui copil care după aceea va semana cu iubitul la care a făcut apel în imaginatia ei. În vechime, în India era utilizat acest principiu, cu scopul de a atrage într-o familie copii foarte frumosi si cu o inteligentă peste medie. Pentru aceasta, atunci, femeia respectivă se vizualiza cât mai clar si intens facând dragoste cu o ființă divina, cum ar fi KRISHNA, în credința că atunci unele dintre calitățile sale (ale lui KRISHNA) divine vor trece și vor apare la copil. Mai multe texte hinduse se referă la această tehnică, careia ele îi atestă succesul. Grecii spuneau la rândul lor că imaginatia joacă un rol foarte important în conceperea unui anumit tip de copil. Atât HESIOD cât si EMPEDOCLES (aproximativ anul 440 i.Hr.) menționează semnificatia imaginatiei în fiziognomie; mai târziu, HIPPOCRATES și celebrul fizician JORDANES au sustinut acest punct de vedere, ca si ARISTOTEL și PLINIUS.



În timpul fuziunii amoroase pline de pasiune se creează un vortex energetic care va atrage un Spirit din lumile subtile, pentru a se reîncarna în planul fizic.

În majoritatea relatiilor amoroase sănătoase, ambii iubiti sunt profund îndrăgostiti unul de celălalt si atunci datorită transfigurării ei privesc în iubit(ă) calitățile care sunt astfel exaltate; aceste calitati sunt după aceea manifestate în copilul lor. În viziunea tantrica asupra amorului, vizualizarea cuplului ca fiind un zeu si o zeită creează atunci o atmosferă psihică ideală pentru conceperea unor copii frumosi, inteligenti si care vor avea multe calitati divine.

În culturile orientale vechi, există o traditie consecventă referitoare la faptul că sexul unui viitor copil poate fi determinat cu anticipatie de o dietă care va fi special abordată de viitoarea mamă, în lunile de dinaintea conceptiei. Textele hinduse afirmă că dacă femeia doreste cu adevarat să aibă un băiat, atunci ea trebuie să consume mâncăruri sărate, în cazul în care ea doreste să aibă o fată, atunci

ea trebuie să consume mâncaruri dulci. Anumite experimente recente care au fost realizate în Canada si Franta (ele au fost realizate de dr. JACQUES LORRANI si de dr.JOSEPH STOLKOWSKI) au avut un succes de 80% în predeterminarea sexului la copil, prin intermediul restrictiilor legate de dieta la viitoarele mame. Mâncărurile mai sărate cresc continutul de potasiu si de sodiu în mamă, si ele creează într-adevăr o frecventa mult mai mare de nasteri masculine. Vinul bun, sau berea, ca si majoritatea legumelor, contin mari concentratii de săruri de potasiu si de sodiu. Mâncarurile dulci, si mai ales lactatele contin mult calciu si magneziu, si daca atunci o femeie isi limiteaza dieta preponderent la aceste alimente, în cele două luni dinaintea conceptiei, este foarte probabil ca atunci ea va naste o fată.

Traditiile orientale considera contraceptia ca tinând în primul rând de o optiune personala. Daca o femeie doreste cu adevărat sa rămână însărcinata atunci când face dragoste cu un iubit viril, viziunea orientală considera conceptia ca fiind foarte probabilă; pe de altă parte, daca ea nu doreste absolut deloc să rămână însărcinată, psihicul ei va respinge sperma atunci când iubitul ei (care nu practică continenta) ejaculează.

Sensibilitatea vie a spermei, care rămâne într-un contact subtil sau psihic cu barbatul, este cauza receptivitătii pe care o au cei doi la mesajele mentale. Momentul care este ales în functie de ciclul femeii este de asemenea foarte important, pentru că la ovulatie, conditiile mentale si psihice ale femeii atrag conceptia. YONI-ul unei femei aflată la ovulatie contine un mucus care reactionează în mod fulgerator la sperma si o energizează, făcând astfel să crească probabilitatea conceptiei. O femeie atenta si senzitivă, poate spune când se află la ovulatie după schimbările distincte care apar în sfera emotiilor (ea devine atunci mult mai senzuală si mai „materna"), a mirosului corporal, ale secretiilor sexuale si ale perspicacitatii. Experimente recente au arătat că în timpul ovulatiei perspicacitatea femeii creste considerabil.

Posibilitatea controlului mental al conceptiei si al contraceptiei este în special sustinuta de descoperirile lui VERRIER ELWIN, un teolog si antropolog care a petrecut multi ani în mijlocul tribului MURIA din India. Muriasii cred că „o fată poate rămâne însărcinată doar dacă în mintea ei se leagă de un bărbat si îi este fizic fidelă. Conform lui Elwin, „Această convingere în conformitate cu care o fată nu poate să rămână gravidă decât dacă ea se ataseaza suficient de mult de un bărbat trebuie să fi prins rădăcini foarte adânci si se pare că s-a ancorat atât de profund în constiinta muriasilor încât eficacitatea ei este aproape totală. Până în clipa în care se mărită, o fată muria face arareori copii, cu toate că libertatea sexuală în cadrul acestui trib este deplină. Cu toate acestea de îndată ce ea se daruie cu toată fiinta unui bărbat, ea rămâne rapid însărcinată." Multe triburi primitive folosesc exclusiv această metodă de control al nașterii, care are o valabilitate de până la 96%, si considera că atitudinea mentală față de conceptie este o parte integrantă a însusi procesului conceptiei.

Cunoasterea drogurilor contraceptive era larg răspândită în Orient încă din vremurile străvechi; dintre componentele preparatelor contraceptive, amintim semintele de morcov, semintele de laur, nucsoara, ricinul, camforul, cuisoarele, lămâile, opiumul, semintele de susan si unele ierburi speciale. Unele dintre acestea au fost nu demult testate si cu acea ocazie li s-a dovedit din plin eficacitatea. Ele modifică secretiile glandulare atât la bărbat cât si la femeie, transformând rapid secretiile din YONI în asa fel încât ele ajung să opreasca miscarea liberă a spermei, si totodată influentează în mod direct ciclul de ovulatie la femeie. În India exista numeroase droguri indigene care au proprietăti contraceptive; literatura AYURVEDA-ică le abordează în extenso, ele fiind de asemenea cunoscute în medicina populară. Deși nu toate aceste droguri contraceptive traditionale sunt eficiente în întregime, folosirea lor nu trebuie să fie desconsiderată ca fiind „povesti de adormit copiii". Mult prea putine dintre aceste droguri contraceptive traditionale din Orient au fost testate în mod adecvat de către stiinta occidentală.

O altă formă de contraceptie utilizată în orient foloseste o anumită combinatie de procedee si droguri. De exemplu, femeile din vechea SUMATRA prefaceau opiumul într-o formă de macerat realizat la rece, apoi îl introduceau în YONI-urile lor, potrivindu-l în jurul colului uterin cu un fel de canulă cervicală din ziua de astăzi: opiumul are deci efecte spermicide. O altă variantă, cunoscută în orient sub numele de MUSGAMI, reprezinta un fel de canula cervicală din hârtie de mătase care este probabil unsă cu ulei si folosită în acelasi fel. Unele canule cervicale sunt făcute din ceară de albine si, cea mai simplă dintre acestea este realizată dintr-o jumătate de lămâie stoarsă si introdusă în jurul colului uterin; se stie în această direcție că sucul de lămâie este de asemenea spermicid.

Poate părea surprinzător faptul că procedeele intrauterine erau demult folosite în Egipt si în Orientul antic. KAMARATNA TANTRA afirmă că: „Dacă înaintea coabitatiei sexuale se plasează în uter o bucată dintr-o rădăcină de laur, impregnarea nu va avea loc." Alte texte vorbesc despre eficacitatea plasării în uter a unei rădăcini încolăcite de ricin, înaintea contactului intim."

Controlul nașterii prin intermediul astrologiei era cunoscut în Orient încă din cele mai vechi timpuri. Totusi acesta este un domeniu obscur, acoperit de superstitii si fără îndoială întărit de credinta personală într-un anume astrolog sau într-un anumit sistem astrologic. În acest domeniu nu există reguli fixe si durabile, si este posibil ca eficacitatea unui astfel de control astrologic al nașterii să fie în mare parte de natură mentală-psihologică. Tot în această categorie intră metodele magice de control a nașterii, cum ar fi utilizarea farmecelor si a amuletelor, care sunt adeseori metode populare si uneori eficiente, ce sunt cunoscute în întregul Orient. O regulă general valabilă în acest domeniu este că un astrolog sau un magician foarte charismatic este în stare să creeze permanent împrejurări contraceptive, în timp ce doar metoda nu dă totdeauna rezultate valabile.

Cuplurile tantrice avansate pot atinge controlul constient asupra conceptiei, prin continenta sexuala perfecta. In aceasta directie se stie ca yoghinii avansati invata sa controleze perfect ejacularea. Cea mai importanta in aceasta directie este atitudinea mentala. Atunci când controlul mintii este strâns legat de tehnicile fizice cum ar fi retentia, reabsorbtia si controlul respiratiei, procedeele contraceptive propriu-zise vor juca un rol mai putin important în unirea amoroasa-sexuala

Pilula

Pilula contraceptiva este metoda de control al nasterii cea mai larg utilizata in Occident. Comercializata pentru prima data prin anii 1960-1961, utilizând hormoni progesteroni (produsi dupa ce progesteronul natural a fost descoperit in mari concentratii într-o anumita specie mexicana de yonu salbatic) si din estrogeni pentru a suprima ovulatia, pilula a fost rapid considerata ca reprezentând un raspuns la problema suprapopularii mondiale. Usor de folosit, ieftina si foarte eficienta, pilula anticonceptionala parea a fi un panaceu.

Aparitia pilulei anticonceptionale a adus cu ea o schimbare revolutionara de atitudine vis-á-vis de sexualitate; femeile nu mai trebuiau sa sufere de frica continua de a ramâne insarcinate. Marele avantaj al pilulei consta in faptul ca ea confera cuplului libertatea de a face dragoste intr-un mod cu totul spontan. O alta aparenta atractie este aceea ca femeia „care ia pilule" are de obicei ciclul mai usor si mai regulat si in general nu se mai confrunta cu toanele neasteptate, care de obicei sunt conexe menstruatiei.

Din pacate, pilulele anticonceptionale au fost puse pe piata cam in pripa. Progesteronul si estrogenul sunt niste hormoni ovarieni care inhiba glanda pituitatra, intrerupând astfel ciclul natural al productiei hormonale in corp. Desi cercetarile au aratat ca estrogenul este cancerigen, acest hormon a fost totusi inclus in pilulele anticonceptionale intr-o cantitate de zece ori mai mare decât era necesar pentru a obtine efectul dorit. Tocmai de aceea, nu este de mirare ca s-au inregistrat numeroase efecte secundare neplacute si uneori fatale ale pilulei. Cel putin 15% dintre femeile care folosesc pilulele se plâng de efecte secundare serioase, in ciuda faptului ca in ultimi 18 ani formula pilulei a fost simtitor îmbunatatita.

Unele femei au mai multe reactii adverse decât altele. Unul dintre cele mai obisnuite efecte ale utilizarii indelungate a pilulei consta într-o modificare a metabolismului ce conduce destul de repede la schimbari fizice nedorite, cum ar fi cresterea brusca in greutate, sâni si coapse care devin mai mari, si adesea provoaca schimbari psihologice complexe.

Femeia care face uz mereu de pilulele anticonceptionale este sustrasa astfel de la ritmul ei lunar natural, atât din punct de vedere biologic cât si din punct de vedere psihologic. Întregul ei metabolism se modifica. Femeii care ia pilule îi sunt distruse copulinele, apare de asemeni mirosul puternic al secretiilor din YONI, care reprezinta acizi alifatici specifici cu catena scurta având un efect

stimulator precis asupra energiei sexuale masculine. Amorul tantric si taoist, care subliniaza necesitatea unei sexualitati naturale, realizate numai cu continenta, este astfel amenintat de folosirea nenaturala a pilulelor contraceptive. Hormonii sintetici au in general ca efect negativ reducerea libidoului. Sexologii MASTERS si JOHNSON afirma ca atunci când o femeie se plânge ca atinge cu greu orgasmul, prima întrebare care trebuie sa-i fie atunci adresata este daca a luat sau nu pilule anticonceptionale. Adesea in asemenea situatii raspunsul este afirmativ. Un alt dezavantaj al pilulelor anticonceptionale este acela ca ele modifica foarte mult echilibrul acid-alcalin al secretiilor din YONI, facând-o pe cea care le utilizeaza mult mai vulnerabila la bolile venerice. Dupa BARBARA si GIDEON SEAMAN, care au cercetat pe larg contraceptia, „femeile care folosesc pilula cu estrogen nu mai au nici ovulatie nici menstruatie, ci un fel de «sângerare în retragere», care doar seamana cu menstruatia." In lucrarea lor foarte amanuntita, care este intitulata „Femeile si criza hormonilor sexuali", cei doi SEAMAN dau sfaturi pertinente femeilor referitoare la cum ar trebui sa procedeze ca sa se refaca de pe urma efectelor secundare cumulative ale utilizarii hormonilor. Terapia cu vitamine, mai ales B_1, B_{12}, C si E, ajuta într-o oarecare masura la îndepartarea simptomelor adverse la femeile care au folosit un anumit timp pilule. S-a descoperit de asemeni ca si GINSENGUL este unul dintre cele mai eficiente remedii care sunt adecvate pentru a contracara aceste reactii adverse.

La ora actuala exista deja pe piata un numar de pilule anticonceptionale pentru barbati, desi se pretinde ca ele au ca scop doar vindecarea impotentei, senilitatii si a diferitelor boli de oase. Aceste pilule sunt adeseori alcatuite din combinatii de estrogeni, cu concentratii de androgeni (un hormon sexual masculin) si ele au ca efect cresterea energiei sexuale odata cu scaderea cantitatii de sperma. Totusi, utilizarea lor a dus in unele situatii la pierderea virilitatii si la schimbari psihologice si fiziologice marcante.

Decizia de a utiliza sau nu pilulele contraceptive trebuie sa revina individului si medicului sau personal. Unele feluri de pilule sunt mai putin periculoase decât altele, si unele persoane pot utiliza pilule contraceptive fara a se confrunta cu multe efecte secundare negative. Totusi, in ultimii ani s-a înregistrat o dramatica si sensibila indepartare de pilulele contraceptive, si o apropiere din ce in ce mai mare de alte metode de control a nasterii.

Alte metode de control a nasterii

Metodele de control a nasterii, altele decât pilula contraceptiva, includ procedeele intrauterine, cum ar fi de exemplu „cuprul 7", membrane, capsule cervicale, prezervative, ca de altfel si spermicide (spume si geleuri), sterilizare, lunaceptie („perioada sigura" sau „metoda ritmului"), contraceptia astrologica, KAREZZA, metoda termica, avortul si alte procedee înrudite. Exista mai multe tipuri diferite de IUD sau „bobine". Cea mai cunoscuta si mai mica bobina accesibila in Occident este „cuprul sapte", care se potriveste usor si, odata introdusa, nu trebuie sa i se mai dea nici o atentie. Dezavantajele IUD-urilor

constau în faptul că, dacă ele sunt puse incorect, pot cauza disconfort sau este chiar posibil să perforeze uterul, sau uneori ele pot fi eliminate fără ca femeia să știe. Ele pot de asemenea conduce la infecție intrauterină și uneori ele tind să mărească lungimea perioadei menstruale și cantitatea secrețiilor menstruale. Adeseori li se întâmplă celor ce folosesc IUD-uri să li se modifice de multe ori la ciclu cantitatea normală de fier, deși IUD-urile pe bază de cupru pot ajuta până la un anumit punct la controlul acestei pierderi. Dacă este pus de un expert, IUD-ul reprezintă o metodă eficientă și discretă de control a nașterii.

Membranele, care sunt de multe feluri, sunt adeseori făcute din cauciuc sau din plastic. Membrana este potrivită de către doctor, și apoi femeia o introduce ea însăși, înaintea actului intim. Potrivirea trebuie să se facă atunci bine, și pentru mai multă siguranță trebuie să fie utilizate substanțe spermicide. Femeia trebuie să-i refacă potrivirea după un an sau doi, sau după o sarcină. Membrana este ținută în loc de către mușchii interiori din YONI. S-a sugerat nu demult că membrana tinde să alunece dacă femeia asumă un rol amoros foarte activ și mai ales superior, atunci când ea vine călare deasupra bărbatului. Altminteri, membrana este una dintre cele mai sigure și mai valabile metode de control a nașterii.

Capsula cervicală este o capsulă în formă de degetar, făcută din cauciuc sau polietilenă, care se potrivește strâns în jurul colului uterin, în zona gâtului vaginului. Ea se adaptează în mod natural la ușoarele schimbări de formă și de mărime ale colului în timpul ciclului și poate fi ținută mereu acolo, cu excepția perioadei de menstruație, sau de la caz la caz ea poate fi introdusă și scoasă la voință. Totuși capsula cervicală este ținută în loc de aspirarea vidului ce se creează acolo, și capsulele care se pot procura în mod curent sunt potrivite doar pentru femeile care au colul proeminent sau care prezintă o aspirare uterină puternică. Un alt inconvenient al lor este acela că doctorii îi confirmă valabilitatea doar împreună cu folosirea spermicidelor. În Europa secolului al XIX-lea, femeile utilizau capsule cervicale făcute din ceară de albine. Poate că până la urmă va apărea o capsulă cervicală care să se potrivească la toate femeile și care să se dovedească a fi sigură fără utilizarea spermicidelor.

Sunt folosite astăzi multe prezervative de diferite feluri. Toate prezintă dezavantajul de a elimina orice schimb fizic sau subtil între LINGAM și YONI, în timpul actului amoros. Un prezervativ este întocmai ca un izolator, prevenind stabilirea unui câmp electro-magnetic natural în timpul unirii sexuale. El se prezintă totodată ca o barieră în calea amestecării secrețiilor și esențelor vitale. Prezervativele orientale au în general, de la o jumătate la o treime din grosimea celor folosite în Occident. Pe lângă aceasta, sensibilitatea este mult mai mare în cazul acestora decât în cazul celor occidentale.

Spermicidele (spume și geleuri) sunt eficiente doar dacă sunt folosite împreună cu alte metode-obstacol, dar prezintă dezavantajul de a modifica chimia iubirii (secrețiile sexuale), ca și pe aceea de a întrerupe și de a limita jocul amoros. Sexul oral și preludiul îndelungat sunt adeseori reduse de utilizarea spermicidelor

moderne. Spermicidele naturale erau cunoscute în Orient din timpuri străvechi. Multe unguente și alifii erotice din Orient sunt de fapt spermicide. Uleiurile esențiale extrase din plante și amestecate, care conțin mai ales LEMN DE SANTAL și CAMFOR, modifică considerabil secrețiile sexuale și pot asigura un efect spermicid natural.

Sterilizarea este total interzisă de către tradiția tantrică, și este de asemenea suspectă din punct de vedere medical. Se știe încă prea puțin despre adevăratul rol al sistemelor glandulare reproductive și despre cele care sunt înrudite. Deși sterilizarea a devenit la ora actuală ceva destul de obișnuit, această formă de control al nașterii prezintă multe efecte secundare nedorite. În cazul femeilor, tehnica implică tăierea, cauterizarea sau blocarea ambelor canale falopiene în așa fel încât sperma să nu mai poată ajunge la ovum. După sterilizare, femeile suferă uneori de neplăceri menstruale severe și chiar ajung să prezinte depresiune psihologică. Sterilizarea masculină, sau vasectomia, se realizează prin tăierea, legarea sau blocarea micilor canale interne (vas deferens) prin care circulă sperma dinspre testicule spre LINGAM. Aceasta duce atunci la introducerea spermei direct în vasul de sânge și aceasta poate produce la unii bărbați, reacții fiziologice și psihologice complexe, deși se spune că majoritatea bărbaților pot realiza la nevoie o stare de „imunitate" la propria lor sperma.

Lunaceptia este o formă de control al nașterii care caută să coreleze ciclul lunar cu ovulația. În vechime, ciclurile menstruale ale femeilor erau în general în armonie naturală cu fazele Lunii, și atunci ovulația apărea la Lună plină și menstruația apărea la Lună nouă. Cartea lui LUISE LACEY Lunaceptia oferă o descriere concisă a metodei prin care ea dormea timp de trei nopți într-o cameră unde lumina rămâne permanent aprinsă (nopțile a paisprezecea, a cincisprezecea și a șaisprezecea ale ciclului ei), pentru a-și provoca astfel ovulația și pentru a-și regla în acest mod ciclul menstrual. Ea a descoperit astfel că din cea de a patra lună menstruația și ovulația la ea au ținut perfect pasul cu perioadele de Lună nouă și Lună plină. Reglând astfel ciclul menstrual, „perioada fertilă" poate fi cunoscută dinainte cu precizie, și exact în acea perioadă actul sexual cu ejaculare poate fi evitat.

Ciclul menstrual al unei femei durează aproximativ douăzeci și opt de zile. Calculând ziua menstruației ca fiind prima zi a ciclului, atunci la sfârșitul celor cinci zile (la majoritatea femeilor) perioada menstruală ia sfârșit. Atunci, temperatura corpului este puțin mai mică decât cea normală. Din a noua zi începe așa-zisa perioadă fertilă, care ține cam până în ziua a șaptesprezecea. Zilele de vârf, când are de fapt loc ovulația, sunt în jurul zilei a treisprezecea sau a paisprezecea a ciclului natural al femeii, perioada când temperatura corpului este puțin mai mare decât cea normală. După ziua a optsprezecea și până la începerea menstruației, există o așa numită perioadă sigură, când actul sexual cu ejaculare duce rareori la sarcină.

Există la ora actuală multe dispute cu privire la faptul dacă zilele imediat

urmatoare menstruatiei (ziua a cincea) până la începerea perioadei fertile (ziua a noua) reprezintă o altă perioadă sigură. Părerea Orientală este că zilele imediat de după menstruatie sunt de fapt cele mai favorabile pentru conceptie cu conditia ca atunci actul amoros să fie în întregime armonios si ca sământa barbatului respectiv să fie potentă. Datorită faptului că în realitate spermei, care de fapt provoacă sarcina, îi trebuie uneori mai multe zile ca să treacă prin canalele falopiene, ne putem da seama cu usurintă că actul amoros cu ejaculare realizat imediat după menstruatie prezintă un risc considerabil de a duce la sarcină daca atunci nu se iau alte tipuri de masuri contraceptive sau dacă nu se recurge la continentă sexuală, atât de către bărbat cât si de către femeie.

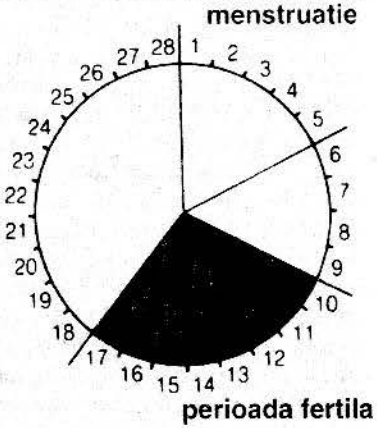


Diagrama ciclului lunar al femeii, care indică perioadele de menstruatie si de fertilitate.

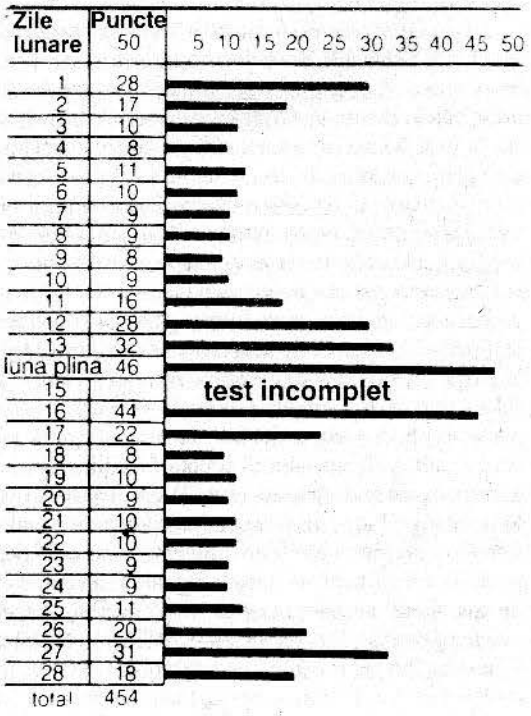
Este de asemeni greu de determinat cu precizie momentul când are loc ovulatia, mai ales la o femeie care nu are un stil de viată natural. Doar aproximativ 70% din femeile de astăzi au un model de mucoasă sau de temperatură usor de distins, si mult mai putine au un ciclu sigur de 28 de zile. Drogurile, pilulele contraceptive si tranchilizantele pot modifica si devia considerabil ovulatia cu usurintă. Cu toate acestea există un număr de procedee si metode folosite în scopul de a determina ovulatia, si în consecintă, permit să se stie astfel perioada sigură. Unele dintre aceste tehnici constau în măsurarea schimbărilor de temperatură, a variatiilor potentialului electric sau chiar a secretiilor din YONI. O inventie recentă este OVUTIMER-ul, un mic dispozitiv în care femeia introduce mici monstre din mucusul ei cervical pe masura ce se apropie ovulatia. OVUTIMER-ul măsoară astfel densitatea secretiilor si în final indică ziua exactă a ovulatiei. Un risc considerabil al acestei metode contraceptive este că fuziunea amoroasă foarte pasională poate provoca brusc ovulatia femeii înainte de vreme. Cu toate acestea, unii se folosesc cu succes de această asa-zisă perioada sigură sau de metoda (contraceptivă) a ritmului.

În abordarea tantrică a perioadei contraceptive sigure, nu trebuie să existe nevoia unor procedee care să determine ovulatia sau probabilitatea conceptiei. Cunoasterea excelentă a trupului si a ciclului corporal specific trebuie să fie suficiente pentru ca o femeie să stie dacă este sau nu în preajma ovulatiei. Controlul mental este de asemenea un factor foarte important, si este chiar posibil ca în viitor, odată cu dezvoltarea tehnicilor de auto- sugestie creatoare, această metodă să devină practica pentru toti occidentalii. Sensibilitatea este în această

directie cheia controlului mental. Testele parapsihologice au arătat că, în timpul perioadei de lună plină, perceptiile extrasenzoriale (ESP-urile) cresc extraordinar de mult mai ales la subiectii senzitivi. Faptul că ovulatia la femei era cândva strâns legată de Luna plină ne conferă o întelegere si mai clară a ritualurilor sexuale ce sunt în general asociate acestei perioade a lunii în care se evită să se facă dragoste în ziua de LUNĂ PLINĂ, în schimb se realizează foarte multe tehnici sexuale cu continentă EXACT ÎNAINTE CU DOUA ZILE DE ZIUA CU LUNA PLINĂ.

Contraceptia astrologica este încă la începuturile sale în Occident, si în această directie există unele dispute cu privire la eficacitatea ei. Aceasta a fost pentru prima dată prezentată de către doctorul cehoslovac JONAS, care a descoperit un ciclu care se repetă constant si care corelează în mod precis pozitia Soarelui si a Lunii în perioadele de fertilitate. El consideră că a descoperit că cea mai fertilă perioada a femeii se manifestă cu 24 de ore înainte de formarea „UNGHIULUI" Soare-Lună SUB CARE ACEA FEMEIE S-A NĂSCUT. Abtinerea de la actul sexual cu ejaculare timp de trei zile în perioada de repetare a „unghiului" respectiv Soare-Lună (cam de treisprezece ori pe an) se spune că previne în mod sigur si natural conceptia. În anul 1970, KURT REHNITZ pretindea că a verificat descoperirile lui JONAS cu privire la contraceptia astrologică si, într-un studiu realizat pe aproape 1200 de cazuri, el a descoperit faptul că acest sistem extrem de simplu are o eficientă uluitoare de 97%. Din punct de vedere tantric, unghiul caracteristic Soare-Lună sub care se naste cineva este foarte important si ne apare ca fiind profund semnificativ pentru că el hotărăste echilibrul energiilor Solare si Lu-

Zile lunare	Puncte 50
1	28
2	17
3	10
4	8
5	11
6	10
7	9
8	9
9	8
10	9
11	16
12	28
13	32
luna plina	46
15	
16	44
17	22
18	8
19	10
20	9
21	10
22	10
23	9
24	9
25	11
26	20
27	31
28	18
total	454



Diagramă care demonstrează variatiile de perceptii extrasenzoriale (ESP) în raport cu fazele Lunii. După cum se observă cele mai bune rezultate apar în perioadele pe Luna plină si de Luna nouă.

Postura amoroasă taoistă unde anumite mișcări ale mâinilor sunt folosite pentru a ușura retenția spermei și transmutarea biologică a acesteia în energie urîasa. Reprezentare după o pictură chinezească din secolul al XIX-lea.

nare în structura psiho-energetica a organismului uman. Datorită faptului că nașterea lasă o puternică amprentă psihică, este prin urmare perfect posibil ca ciclul recurent al influențelor Solare și Lunare să programeze mai departe ovulația la femeie. Cercetările care s-au făcut până în prezent în acest domeniu arata că această metodă naturala trebuie să fie luata serios în considerație.

Karezza este o tehnică sexuală foarte eficientă care a fost perfectionată de ALICE STOCKHAM și despre care ea a scris pentru prima oară în anul 1896. În cartea sa „Karezzi/etica și căsnicie" sunt scoase pentru prima oara în evidență principalele pareri ale Orientului cu privire la învățăturile referitoare la retenția spermei și la continența sexuală așa cum este ea înțeleasă și aplicată sistematic de către yoghini. Această metodă contraceptiva naturală este destul de asemănătoare cu coitus interruptus, ea folosind cu succes anumite tehnici YOGA de control respirator, meditație, posturi amoroase adecvate și anumite apăsări în mod precis realizate cu degetele în unele puncte specifice. Toate acestea se realizează atunci cu scopul unei cât mai bune retenții a sămânței (spermei) în vederea transmutării acesteia în energie care după aceea va fi armonios sublimată în ființă. Metoda KAREZZA folosită singură fără un antrenament HATHA YOGHIN serios și sistematic nu este 100% eficientă, pentru că există riscul ca mici cantități de sămânță (sperma) să scape din neatenție datorită faptului că adeseori sfincterele respective nu sunt suficient antrenate și lasă să se scurgă mici cantități de sperma în timpul fuziunii amoroase. Cu excepția yoghinilor antrenați prin metodele adecvate HATHA YOGA, care reușesc să transmute biologic integral sperma respectiv secretiile sexuale specifice în cazul femeii, folosirea exclusivă a retenției nu este sănătoasă pentru majoritatea oamenilor, pentru că aceasta poate duce la blocarea canalelor subtile și la apariția unei stări de „presiune" sexuală în corp. Un alt avantaj al acestei tehnici este că ea ajută foarte mult absorbția reciprocă. KAREZZA este binecunoscută în Orient; arabii îi spuneau Imsak și o foloseau adeseori cu succes pentru depășirea problemelor de ejaculare prematură și în foarte multe cazuri de pierdere a virilității. Cu toate

acestea, KAREZZA singura fără un antrenament HATHA YOGHIN riguros și consecvent realizat nu este completa nici ca tehnică amoroasă și nici ca metoda care să permită atingerea unei continente sexuale perfecte mai ales de către bărbat.

Metoda termică de contraceptie este o veche tehnică Orientală care a fost redescoperită de MARTHA VOEGELI, fiind promovată mai ales în India începând cu anul 1912. Aceasta este în general o metoda temporara de sterilizare, ce consta în ridicarea temperaturii scrotului doar cu câteva grade; la unii barbati, ea s-a dovedit a fi foarte eficienta. Metoda lui VOEGELI cere ca bărbatul care aplică aceasta metodă să facă zilnic o baie cu o durată de 45 de minute la 116° F., timp de 21 de zile consecutiv. După aceasta, bărbatul respectiv va rămâne steril timp de șase luni, după care el revine din nou la starea sa de fertilitate normală. Tratamentul indicat mai sus poate fi repetat fără nici un fel de pericol de impotență sau sterilitate totală. Totuși, este bine să se știe că aceasta creează într-adevăr unele schimbări glandulare ce pot duce la apariția unor efecte secundare, dacă metoda este aplicata pe termen lung. Există însă prea puține cercetări complete în această direcție, pentru a fi total siguri ca nu mai apar și alte efecte nedorite pe care nu le putem bănui.

Avortul nu reprezintă de fapt o metodă de contraceptie, pentru că în realitate el implică terminarea unei concepții. Unele triburi primitive o folosesc ca metodă de control a nașterii, iar astăzi în Occident ea devine din ce în ce mai populară. Totuși, viziunea tantrică asupra consecințelor negative multiple ale avortului este că acesta creează în mod inevitabil multe probleme KARMA-ice care este cel mai bine să fie evitate dacă cei doi iubiți vor face tot posibilul pentru a ajunge la faza de continență sexuală perfectă.

Cu excepția CONTINENTEI SEXUALE YOGHINE PERFECTE, toate metodele contraceptive prezintă un grad de risc, inconveniente sau chiar posibilitatea sarcinii. Alegerea metodei care este considerată cea mai bună trebuie să revină fiecăruia. În afara CONTINENTEI SEXUALE perfecte care este cea mai bună fiindcă nu prezintă decât avantaje, controlul astrologic și mental a nașterii s-ar putea dovedi într-o bună zi eficiente dacă se vor face suficiente cercetări asupra acestor metode. Dincolo de aceasta continența sexuală yoghină prezintă o mulțime de avantaje și este fără îndoială cea mai bună și cea mai naturală metodă contraceptivă.

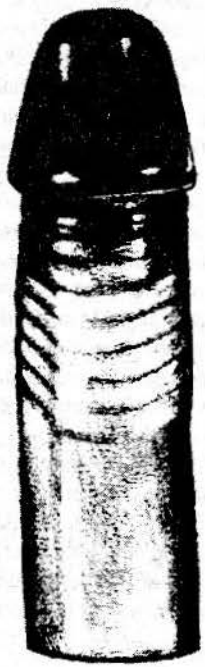
Dintre toate, IUD-ul reprezintă metoda care pare a stânjeni cel mai puțin experiența și chimia dragostei, în cazul în care bărbatul nu este continent și nu își poate stăpâni ejacularea. Cercetările ulterioare vor putea probabil da la iveală IUD-uri organice sigure sau poate că se vor descoperi noi tipuri de canule cervicale care se vor dovedi mult mai eficiente, mai practice și mai acceptabile decât cele accesibile în mod curent atunci când bărbatul face dragoste cu ejaculare.

AJUTĂTOARE SEXUALE

Ajutătoarele sexuale sunt mentionate atât în KAMA SUTRA, ca și în unele texte indiene și chinezești. Ele se impart în două categorii distincte: drogurile afrodisiace si accesoriile sexuale. Vom vorbi despre prima categorie în capitolul intitulat Afrodisiace, care urmează.

Accesoriile, sau instrumentele amoroase, reprezintă acele dispozitive care sunt folosite pentru a se adăuga la, sau pentru a se substitui organelor sexuale. Textele vechi descriu diferite dispozitive de pus pe sau în jurul LINGAM-ului pentru a-i mări astfel lungimea sau grosimea. Acestea erau de regulă făcute din aur, argint, cupru, fildeș, corn, lemn, stuf sau chiar din jad; multe tipuri diferite sunt descrise în literatura chineză, japoneză sau indiană. Există, de asemeni, descrieri de inele speciale, care erau deseori făcute din jad si care erau potrivite la baza LINGAM-ului, având o parte proeminentă care atunci era folosită pentru a excita clitorisul femeii în timpul uniunii amoroase generând astfel orgasmul fără descărcare CLITORIDO-VAGINAL sau ORGASMUL TOTAL atunci când se declanșează simultan.

Inel chinezesc pentru LINGAM, ornat cu dragoni ca motiv decorativ, aproximativ sec. al XVIII-lea.



Asemenea ajutătoare sexuale erau considerate „inovatii" de care iubitii se puteau servi atunci când anumite ocazii o cereau. Ele nu erau în nici un caz prezentate ca fiind niste modalitati ideale pentru făcut dragoste, si in general erau și sunt considerate ca fiind desensibilizante și nenecesare.

Cărtile de legi ale hindușilor ortodocși interzic utilizarea substitutelor de LINGAM sau așa-zișilor „DILDOS" pe temeiul că acestea sunt niște „jigniri aduse lui SHIVA, al cărui LINGAM este viu, natural și mereu erect". Textele medicale hinduse afirmă că, în cazul în care sunt introduse în YONI obiecte neanimate

LINGAM artificial japonez utilizat ca DILDO (Harikata), făcut din corn care provine din secolul al XVIII-lea.

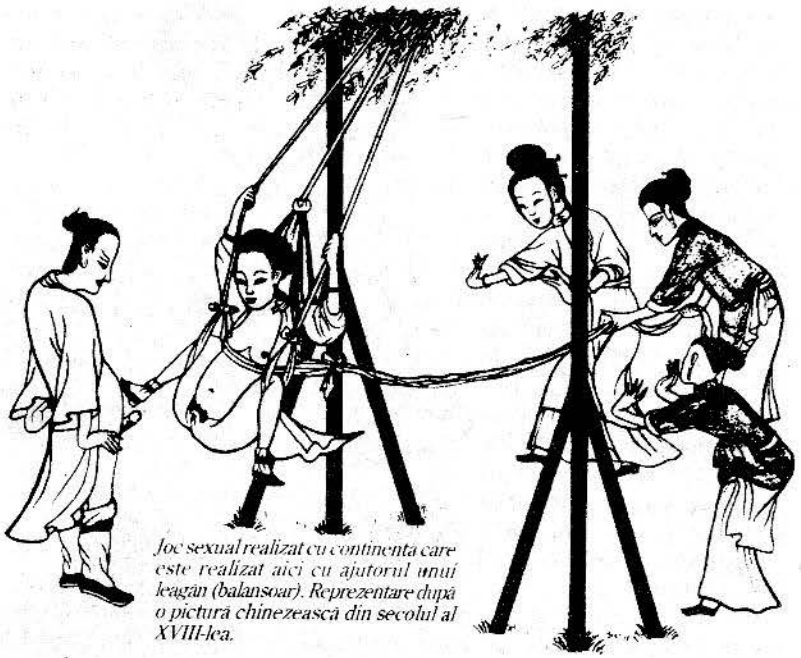
grele, prin procesele de REZONANȚĂ pe care le declanșează acestea, pot cauza femeii probleme fizice de durată. KAMA SUTRA sugerează în aceasta directie ca doar obiectele naturale vii pot să fie utilizate fara teama ca „DILDOS", si citează banana, mango, morcovul, ridichea, castravetele, tulpine de plante sau ridichi, curcubete și alte fructe sau legume ce se aseamănă ca formă și structură cu un LINGAM erect. Același text adaugă faptul că „o trestie înmuiată în anumite uleiuri afrodisiace si legată de mijloc cu șireturi poate să fie utilizată în conexiune cu, fie în locul LINGAM-ului".

Două femei lesbiene făcând dragoste cu un LINGAM artificial care se află prins cu curele de una dintre ele. Reprezentare după o pictură din secolul al XVIII-lea.

Textele chinezești și japoneze se referă uneori la un dublu-DILDO, care este un accesoriu sexual ce este făcut din rădăcini prelucrate, din corn, lemn sau fildeș si care prezintă două fâșii de mătase care sunt atunci atașate de mijloc. O femeie poate introduce un capăt al lui în propriul ei YONI, fixându-l după aceea cu șireturi care sunt apoi legate de talie. Astfel ea poate ulterior să o satisfacă pe o prietenă cu capătul proeminent al acestui instrument sexual, în timp ce ea însăși se bucură de mângâierea și excitatia produsa de miscarea celuilalt capăt care se află introdus în YONI la ea.

Femei japoneze utilizând un LINGAM artificial (Harikata) pentru a se satisface astfel sexual una pe cealalta. Reprezentare după o gravură color realizată de Chokyosai Eiso, aproximativ 1800.

O altă inovatie orientala, folosită uneori de



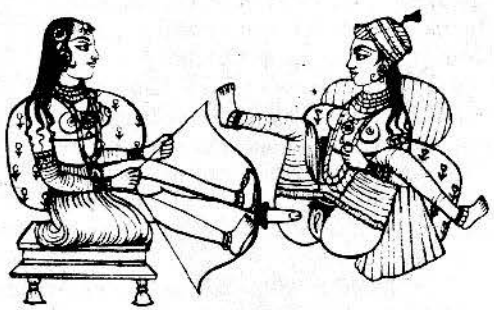
Joc sexual realizat cu continență care este realizat aici cu ajutorul unui leagăn (balansoar). Reprezentare după o pictură chinezească din secolul al XVIII-lea.

femei pentru a se autosatisface sexual, este cunoscuta sub numele de Clopotul Birman. El constă dintr-o pereche de mici sfere goale din argint dintre care una conține în interior (închisă ermetic) o anumita cantitate de mercur si cealaltă are un fel de limbă metalică care vibrează, și care atunci când este mișcată, produce atât o vibrație cât și un sunet subtire. Aceste sfere gemene ca mărime sunt introduse cu grijă în YONI si sunt prinse între ele pentru a fi mai ușor manevrate cu o bucată de mătase. Când după introducerea si rămânerea lor acolo femeia își leagănă corpul sau se plimbă, mișcarea mercurului din interiorul sferei creează imediat o usoară vibrație în ea, și astfel totodată este produs un sunet și o vibrație care este resimțită într-un mod foarte plăcut. Acest ajutător sexual este denumit în China Mien-Ling,

Doi iubiți utilizând un gen de curea din piele ca ajutător sexual. Reprezentare după un pergament japonez pictat, de la începutul secolului al XVII-lea

(literal, „clopotul străduintei"), iar în Japonia există ceva similar care poartă numele de Ri-No-Tama. Magazinele sexuale de astăzi oferă foarte multe accesorii de acest gen, și o foarte mare gamă de vibratoare. Din păcate, majoritatea acestora sunt fabricate la ora actuală în masă, din materiale sintetice și uneori ele sunt prost proiectate, urâte din punct de vedere estetic și în unele situații chiar sunt potențial vătămătoare pentru corpul uman.

Tradiția tantrica considera că cel mai bine este ca fuziunea amoroasă care este realizată cu continență să nu fie complicată de ajutătoare sexuale exterioare. Preludiul mult mai lung, este recomandat atât de KAMA SUTRA cât și de alte texte cu autoritate, mai ales atunci când barbatul care nu este un perfect continent nu este capabil să o satisfacă pe femeie complet și cu ușurință. Penetrațiile sexuale nu trebuie să fie începute până când ea nu este foarte excitată și YONI-ului nu este suficient de lubrefiat în mod natural. La ora actuală, în comerț se vând diferite creme, geluri și uleiuri care sunt indicate pentru lubrefierea adecvată a organelor sexuale. Aceste preparate comerciale sunt nenecesare. În majoțitatea cazurilor, excitarea contactului sexual prelungit, care este realizat cu continență, va produce secreții sexuale mai mult decât suficiente pentru a permite o intrare confortabilă și foarte excitantă a LINGAM-ului. Saliva poate fi de asemenea folosită foarte eficient, pentru a lubrefia, mai ales la început, YONI-ul femeii, ea prezentând totodată avantajul că are unele proprietăți esențiale și oculte.

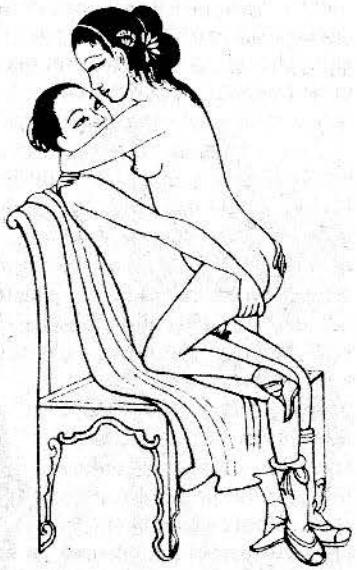


Adjuvant sexual original care utilizează ca dispozitiv un arc. Reprezentare după o pictură Mughal, aproximativ anul 1690.

Orice ajutător sexual care este introdus în YONI trebuie să fie suficient de moale pentru ca să nu i vatăme deloc părțile interne. Un text japonez sfătuiește ca, dacă este folosit un DILDO, el trebuie să fie mai întâi încălzit prin introducerea și menținerea lui în apă sau în ulei cald timp de 5-7 minute. Pentru a realiza unele jocuri și felurite variații amoroase jucăuse, trebuie să fie utilizate ajutătoare sexuale cum ar fi fructele care au fost indicate anterior (care după aceea pot fi consumate).

O abordare completă a ajutătoarelor sexuale trebuie să includă unele dispozitive jucăușe cum ar fi hamuri, plase cu ochiuri mari cum sunt cele de la circ, balansoare, scaune sau paturi ce se leagănă, jeturi de apă și alte nenumărate inventii care sunt concepute spontan în momentul în care este atins extazul iubirii. Întreaga ambiantă poate fi abordată ca un ajutător sexual, și tocmai de aceea trebuie să avem grijă ca ea să fie frumoasă, încărcată cu mirosuri de parfumuri

Mobila poate fi folosită adeseori ca un auxiliar util în timpul actului amoros, realizat cu continenta. În anumite situatii ea ajută la realizarea si mentinerea posturilor amoroase noi. Reprezentare după o gravură color din timpul dinastiei Ming.



excitante naturale, cu lumini colorate care trebuie să fie mirifice si cât mai potrivite. Însusi corpul uman are o multime de posibilitati în membre, mâini, degetele de la mâini, degetele de la picioare, bărbia, nasul, sânii si limba. Creati-vă mai ales cu ajutorul acestora propriile ajutătoare sexuale, dacă fiind deja niste continenti sexuali perfecti, încă mai aveti nevoie. Nu uitati însă că în conformitate cu învătăturile Tantra-ei, contactul direct între corpurile superexcitate ale celor doi iubiti posedă o putere specială care nu poate fi nicicând egalată de nici un fel de substitute. Continenta sexuală perfect realizată în cuplu vă va permite de asemenea să trăiti adeseori multe stări miraculoase în timpul jocurilor amoroase.

Ajutătoarele sexuale trebuie să fie suficient de moi, excitante si bine fixate pentru a se potrivi asa cum trebuie scopului propus. Atunci când ele sunt realizate conform preferintei naturale a fiintei umane în cauză, ele trebuie sa fie folosite cu atentie.

KAMA SUTRA

Un obiect scapă atunci din mâneca Lotusului si căzu cu zgomot la pământ vibrând. Ea îl ridică si îl cântări curioasă cu mâinile. Era ca o bilă, dar constată că era destul de grea. Ea o privi îndelung, dar nu-si putu imagina la ce anume era bună.

«Ce-i asta?» întrebă ea. «Si de ce pare atât de grea?»

«Nu stii?» spuse el, râzând. «I se spune Clopotul Fecunditătii si provine din Burma, care este o tară care se află undeva în Sud. Acesta este de patru sau cinci ori mai greu decât argintul.»

«Si unde trebuie introdus?» întreabă curioasă femeia.

«Trebuie să-l introduci în vagin si apoi să continui să-ti faci mai departe treburile casnice ce trebuie făcute. Stările extrem de plăcute pe care le vei resimti după aceea sunt de nedescris.»

CHIN P'ING MEI

AFRODISIACELE

În lucrările orientale de sexologie sunt enumerate foarte multe afrodisiace. Unele au doar un efect placebo, dar altele sunt chiar foarte eficiente la nivel sexual-fizic si chiar în plan psihic-mental. Multe mâncăruri pot fi preparate în asa fel încât să elibereze fortele sexuale vitalizatoare. Hrana naturală si sănătoasă fără carne si un stil de viată armonios si cât mai natural sunt si rămân aproape totdeauna cele mai eficiente afrodisiace. Aerul proaspăt, apa mării si a râurilor precum si focul sau lumina Soarelui au capacitatea de a stimula mult sexualitatea, ca de altfel si contactul armonios dintre simturi si obiectele care lor le sunt foarte plăcute. O afirmatie orientală care este adeseori citată spune că: „Cel mai natural si mai puternic afrodisiac pentru un bărbat viril si puternic este o femeie frumoasă, vitală si senzuală care, fiind plină de pasiune, cere cu toată fiinta să fie satisfăcută".

Coarnele de cerb sunt foarte apreciate în Orient pentru proprietătile lor puternic afrodisiace.

Postul alimentar poate avea un efect afrodisiac asupra corpului, cu conditia ca el să fie abordat cu moderatie. HATHA YOGA si exercitiile respiratorii (PRANAYAMA) pot ajuta imens la stimularea naturală a vitalitătii corpului; dacă la acestea se adaugă meditatia, în scopul eliberării mintii de neliniste, inhibitii, prejudecăti, complexe de inferioritate, atunci arareori va mai fi nevoie de afrodisiace fizice. O minte sănătoasă si puternică dublată de o imaginatie creatoare generează împreună un „climat" în care tot ceea ce este datător de fericire devine cu putintă, dacă cei doi sunt niste perfecti continenti.

În mod normal, în lucrările despre Arta Iubirii sunt incluse capitole întregi despre afrodisiace. În general se spune că o substantă care seamănă cu organele sexuale este cu putintă ca ea să actioneze ca afrodisiac dacă în prealabil este preparată corect. Acest concept cunoscut ca Doctrina Semănăturilor, a apărut prin observatia că ierburile, plantele, fructele si alte substante având o anumită aparentă, culoare, formă sau miros sunt foarte eficiente în tratarea afectiunilor care au caracteristici similare. Un astfel de exemplu este mango-ul indian, care după cum se poate observa cu usurintă seamănă la forma cu rinichii si care s-a

constatat deja că este un medicament natural foarte eficient în unele boli de rinichi.

În folosirea oricărui afrodisiac, este foarte importantă prepararea sa corectă și doza. O ramură specializată din medicina indiană este de mii de ani consacrată acestui studiu. În linii mari, afrodisiacele pot fi împărtite în trei categorii principale: animale, vegetale și minerale. Aceste categorii, luate separat sau dacă sunt în mod înțelept combinate, produc întreaga gamă de afrodisiace care sunt în general potrivite condiției și temperamentului individului în cauză.

Marijuana; secretele plantei feminine au proprietăți afrodisiace foarte puternice.

Substanțele animale includ ouale (diferitelor păsări), diferite feluri de lapte (dar mai ales cel de capră), ouale de pește (icrele) care provin de la pești puternici, cum ar fi somonul și unele părți din corpul animalelor, cum ar fi coarnele ce cerb, pastăile de mosc, ambră de la balene, cornul de rinocer și o serie întreagă de organe sexuale animale. Pentru ca aceste produse să fie eficiente, ele trebuie să provină de la animale sălbatice, care au fost vânate la timpul potrivit și care erau sănătoase în momentul vânării.

Afrodisiacele vegetale sunt chiar mai numeroase, iar prepararea lor cere în unele situații și mai multă grijă. Printre cele incluse la loc de cinste în lucrările tradiționale orientale se află: rădăcina de ghimbir, anasonul, rădăcina de ginseng, busuiocul, ciupercile, bobul negru, anumite feluri de ceapă, curcubetele, morcovii, sparanghelul sălbatic, rubarbura sălbatică, smochinele, lemnul-dulce, migdalele, fisticul, mugurii de pin, ananasul, semințele de susan, scorțișoara, nucșoara, șofranul, piperul negru, stafidele, nucile, mierea (de la anumite flori), polenul recoltat de albine, meiul alimentar, coaja de la anumiți copaci, sâmburii de portocală, rădăcina de omag, păstăile (cojile) de opium, damiana, ciumafaia, marijuana, ca și „vinurile" tari sau elixirurile combinate din struguri, rodii, flori și ierburi sălbatice. Ca și în cazul substanțelor animale, acestea trebuie să fie de calitate superioară și este necesar să fie culese la timpul potrivit.

Afrodisiacele minerale care sunt descrise în lucrările medicale orientale includ rășina minerală („Shilajeet"), stalactitele, mercurul preparat cu multă

atenție, sulful, mica, arsenicul, scoicile, scoicile de Kauri, perlele, aurul potabil purificat, argintul, cuprul, fierul, chihlimbarul, coralul, smaraldul, safirul, rubinul și diamantul. Prepararea afrodisiacelor minerale este extrem de complexă și constituie o adevărată știință, secretă care este cunoscută în India sub numele de RASAYANA.

Ginsengul a fost utilizat timp de mii de ani pentru proprietățile sale profund revitalizante regeneratoare și afrodisiace. De curând, el a fost atestat de către știința occidentală ca având un efect real și foarte puternic. Rădăcina de ginseng roșu asigură cele mai bune rezultate; cu toate acestea ea nu trebuie folosită în mod continuu. Un tratament de 40 de zile cu extract de ginseng (sau praf de rădăcină), urmat de 3 luni pauză, reprezintă adeseori prescripția tipică, ce funcționează în majoritatea cazurilor. Doza exactă se determină atunci în funcție de tăria individuală a rădăcinii și se adaptează în conformitate cu condiția fizică a persoanei în cauză.

Poate fi făcut un ceai puternic, macerat afrodisiac din combinația unor anumite plante și rădăcina uscată (mărunțită) de ginseng. Cantități egale de scorțișoară și nucșoara verde trebuie să fie zdrobite împreună, cu ajutorul pisălogului și a mojarului. Rădăcină proaspătă de ghimbir, într-o cantitate egală cu suma celorlalte două, trebuie apoi să fie adăugată după ce în prealabil a fost fărâmițată. Apoi mai trebuie să fie adăugate: cam nouă boabe de piper negru, două sau trei cuișoare, o lingurită cu ceva nucșoara de pământ (nu prea mult) și o lingurită cu puțin șofran. Întregul amestec trebuie ulterior lăsat la macerat timp de 3 zile în 250 grame de alcool (60). Când maceratul este complet realizat,

Rădăcina de ginseng este de mult timp prețuită ca fiind un foarte puternic afrodisiac

el trebuie sa fie imbogatit prin adaugarea a 25 grame de radacină zdrobita de ginseng. Acest macerat puternic afrodisiac poate fi administrat câte 3 lingurite pe zi cu 30 de minute înainte de mese. Ca un îndulcitor plăcut și totodată stimulator, la el se poate adăuga la fiecare linguriță administrată o lingură cu miere.

Există multe afrodisiace foarte eficiente care se pot aplica direct pe organele sexuale. Ele sunt eficiente atunci datorită, în principal, proprietăților lor de încalzire sau de răcire. Uleiul natural din lemn de santal amestecat cu puțin praf de ghimbir și scorțisoară, reprezintă una dintre cele mai eficiente rețete de acest gen. Uleiul de cuișoare care este diluat într-un ulei de bază sau combinația de camfor și ulei de floarea soarelui, pot conferi rezultate profund revitalizante. Totuși folosirea unor asemenea preparate necesită o atenție considerabilă. Foarte periculoase sunt mai ales afrodisiacele care irită organele sexuale: „gândacul-de-turbă" sau cantarida, pudra sau rezultatul măcinării sub formă de praf a unor insecte ce produc iritații și care adeseori cauzează multe neplăceri și în unele cazuri pot să provoace chiar MOARTEA.

Merită să fie repetat faptul că un stil de viață armonios, natural și sănătos din care au fost eliminate pentru totdeauna carnea, tutunul, alcoolul, cafeaua reprezintă cel mai bun afrodisiac. Este într-adevăr preferabil să nu trebuiască niciodată să te bazezi pe ajutoare exterioare pentru a avea o viață sexuală satisfăcătoare. Astfel, folosirea afrodisiacelor în anumite ocazii foarte speciale va face să fie simțită o adevărată diferență.

Utilizarea înteleapta a afrodisiacelor trebuie să fie învățata atât prin studiul științei medicinii, cât și din textele religioase, de la cunoscătorii experți în plante și de la cei inițiați. Nu trebuie niciodată să fie încercat nici un mijloc afrodisiac care este îndoielnic din punctul de vedere al efectelor sau care poate cauza neplaceri corpului, ori care implică omorârea animalelor, sau care atunci te pune în contact cu lucruri impure.

KAMA SUTRA

Alifiile afrodisiace au în general un efect limitat. În cel mai bun caz ele pot mări doar puțin rezistența (potența). Dacă pui un afrodisiac pe un instrument care este foarte puternic de la natură, este ca și cum un candidat care deja este perfect înzestrat și pregătit ar mai lua totuși 3 linguri de ginseng imediat înaintea examenului. El se va simți atunci de două ori mai proaspăt și mai atent, iar expunerea sa va curge parcă spontan de la sine. Pe de altă parte, un amant care nu practică continența sexuală și a cărui ustensilă este slabă de la natură nu va fi foarte fortificat de afrodisiace sau de alifii, mai mult decât un candidat zăpăcit, ignorant și netalentat care va lua cantități uriașe de ginseng înainte de examen.

SOU PU TUAN

EDUCAȚIA SEXUALĂ

Copiii au adeseori o mare curiozitate și flexibilitate mentală care le permite să învețe cu ușurință multe lucruri noi. Nivelul de înțelegere al unui copil nu trebuie să fie niciodată subestimat. Educația sexuală poate și chiar trebuie să înceapă la o vârstă foarte fragedă. Inițierea gradată în știința și în arta continenței sexuale perfecte poate produce MIRACOLE. Cel mai bine este ca sexualitatea cu continență să fie prezentată copilului ca fiind o parte foarte importantă a unei relații familiale de iubire dătătoare de imensă fericire, de putere și de onestitate. Nu trebuie niciodată să fie descurajat nudismul, umblatul dezbrăcat prin casă și în toate aceste situații trebuie cultivată cu atenție și într-un mod cât mai armonios conștiința corporală a copilului. Dacă părinții vor manifesta o totală lipsă de inhibiție și anularea sentimentului culpabilității vis-a-vis de NUDISM, nuditate și sexualitatea realizată însă cu continență în vederea transmutării integrale a potențialului sexual într-o energie uriașă, această atitudine va fi reflectată după aceea și de către copil.

Tăinuirea și poveștile născocite în scopul de a ascunde copilului adevărurile sexualității nu vor crea decât confuzii în mintea lui și după aceea vor conduce la sentimentul accentuat și adeseori bolnăvicios al culpabilității (aberante) și la nevroză. Copiii sesizează foarte ușor ipocrizia și sunt foarte sensibili sau chiar ajung să fie afectați de sentimentele de culpă ale altora. Copilul trebuie să învețe a-și privi corpul ca pe un Templu al Iubirii, ca pe un altar care trebuie oferit și împărtășit doar cu cei în care ai încredere și pe care îi iubești. Copiii sunt capabili să învețe cu ușurință toate practicile tantrice de bază care sunt prezentate în prima parte a acestei cărți: atitudinea creatoare, autoexaminarea, HATHA-YOGA, respirația, constientizarea actului mâncării, dieta, igiena, îmbăierea, YOGA Visului, masajul, meditația, vizualizarea benefică creatoare, etc. - și toate acestea pot constitui fundamentul educației lor sexuale în care ideea continenței sexuale perfecte trebuie să fie TOTDEAUNA AXUL CENTRAL. Forța exemplului și participarea efectivă la aceste activități constituie totdeauna cea mai bună metodă de învățare. Sentimentele legate de sexualitate fac parte integrantă din experiența creșterii, și tocmai de aceea ele trebuie să fie explorate într-o stare armonioasă de deschidere, mai degrabă, decât să fie privite ca o experiență ascunsă sau despre care nu trebuie să se vorbească. Astfel, pot fi evitate cu ușurință traumele subite care sunt legate adeseori de „descoperirea adevărurilor vieții". Aceste „adevăruri" trebuie să constituie baza a ceea ce va fi, pentru copil, familiarizarea gradată cu întregul spectru al iubirii din care niciodată nu trebuie să lipsească sublinierea importanței amorului realizat cu continență în vederea transmutării potențialului sexual în energie. Copiii trebuie să fie familiarizați cu unele descrieri ale iubirii sexuale și senzuale, realizate cu continență, în așa fel încât ei să ajungă să-și dezvolte o atitudine pozitivă benefică și sănătoasă legată de imaginile amoroase. Copiii au un simț înnăscut al

adevarului; în cazul lor, cea mai buna metoda de învatare este cea directa si sensibilizatoare, care include educatia sexuala din care nu trebuie sa lipseasca niciodata descrierea amorului cu continenta în cadrul mai larg al initierii copilului în marile mistere ultime ale vietii. Ambianta familiala trebuie sa fie deschisa, calda si plina de intimitate. Încurajati tocmai de aceea spalarea si masajul reciproc, ca si participarea împartasita la exercitiile HATHA-YOGA, dans armonios, muzica profund binefacatoare (NU ROCK, TRASH, PUNCK, METALLIC, etc), cântece armonioase echilibrante si felurite treburi gospodaresti. „Împartasirea" reprezinta unul dintre cei mai importanti factori ai unei intimitati familiale sanatoase. Orice om are o trasatura de caracter egoista, si tocmai de aceea este atât de importanta diminuarea sau chiar transcenderea egoismului spre o adâncă si plină de compasiune constientizare spontana a nevoilor altora. Orice situatie care creeaza stări de gelozie între copii trebuie analizata din timp, prin „împărtăsirea" si depasirea în familie a tuturor fatetelor problemei. Aceasta este proba adevăratei iubiri si totodata aceasta reprezinta baza unei abordari sanatoase a sexualitatii realizate cu continenta.

În esenta, baietii si fetele sunt foarte diferiti; în consecinta ei trebuie tratati în mod diferit. Baiatul este interesat în primul rând de logica vietii si de aceea el cauta raspunsuri la tot felul de întrebari. Sexul este un subiect fascinant, chiar si la o vârsta fragedă. Tocmai de aceea, la întrebările care sunt legate de sexualitate trebuie să fie date răspunsuri logice si directe. Baiatul trebuie sa fie învatat de mic igiena sexuala, cum să-si spele în mod adecvat LINGAM-ul si de asemenea el trebuie să înteleagă importanta cu totul deosebita a păstrării curate a anusului. El trebuie să afle de mic de erectii, ca sa nu se simta deloc vinovat atunci când acestea apar. Baiatul reprezintă forta predominantă a lui YANG (+). Puterea Solara, Cerurile, calitatile dinamice ofensive si expansive ale constiintei. Toate acestea trebuie sa fie atent si sistematic rafinate si dezvoltate printr-o crestere si o educatie corecta.

Fata este interesată în primul rând de emotiile de viata si adeseori ea doreste sa intuiasca raspunsurile la întrebările ei. Daca parintii recunosc încă de la început această diferenta de bază între modul de a învăta al băietilor si al fetelor, va exista o certă schimbare în atitudinea copilului vis-a-vis de educatie. Fata reprezinta forta predominanta a lui YIN (-), Puterea Lunii, Pamântul, în ea sunt accentuate calitătile de smerenie si de receptivitate ale constiintei. Fata tinde să experimenteze lumea mai ales prin intermediul impresiilor senzoriale. Pentru ea, cea mai buna introducere în misterele sexualitatii realizate cu continenta se face prin perfectionarea în arte. Fata trebuie sa stie dinainte ce înseamnă pentru ea venirea menstruatiei si tocmai de aceea ea trebuie să se familiarizeze cu procedeele menstruale ale mamei. Ea trebuie sa fie pregatita, în asa fel încât să poată privi înainte către momentul când „va deveni femeie". Initierea gradată a fetei în tainele amorului cu continentă în care ea înțelege că potențialul ei sexual poate fi transmutat biologic într-o energie uriașă este de asemeni esențială.

Desi fiecare individ are simultan atât o parte masculina cât si una feminina,

sexualitatea si senzualitatea izvorăsc tocmai din predominanta unuia dintre aceste aspecte polare. Astfel, o abordare iluminatorie a educatiei sexuale în care trebuie sa se pună un accent deosebit pe înțelegerea importantei continentei sexuale si a amorului transfigurator presupune utilizarea înteleaptă a diferentelor psiho-fizice inerente dintre sexe. Una dintre cele mai recente descoperiri ale psihologiei este aceea a diferentei pe care le prezintă în ceea ce priveste abilitătile celor două sexe. În mod firesc, băietii construiesc atunci când se joacă turnuri, iar fetele curti; baietii sunt în general mai buni în ceea ce priveste gândirea spatiala, numerele si problemele logice, în timp ce, în general, fetele învată mai devreme să citească, să vorbească si percep cu o mai mare usurintă emotiile. Baietii în general rezolvă mai repede decât fetele problemele care cer manipulare, se descurcă mai bine în timpul zilei si sunt capabili să suporte călduri mai mari decât fetele, care de obicei se descurcă mai bine noaptea, sunt capabile să suporte temperaturi mai mici si pot prelucra informatia mult mai rapid.

Copiii trebuie sa fie învatati cu fermitate si generozitate. Este firească la un copil tentativa de „a fi privilegiat" în ochii unuia sau altuia dintre parinti, în încercarea sa de a monopoliza mediul familial. Orice copil respectă autoritatea dacă aceasta este ferma si directa. Disciplina si o anumită rigoare impusă în casă este foarte importanta pentru toate aspectele educatiei, inclusiv pentru educatia sexuala. Copiii nu trebuie să aibă acces nelimitat si imediat la orice, aici noi trebuie să procedăm cu ei la fel ca în Tantra unde învătăturile secrete sunt rezervate doar femeilor si barbatilor care au deja o pregatire adecvată. Este totdeauna de datoria părintilor să-si pregătească si să-si educe în mod înțelept copiii pentru lume, si nu să-i folosească în mod despotic ca pe niste instrumente care le apartin. Adeseori vedem copii care oglindesc cu o inocentă naivă nevrozele si tensiunile părintilor, ceea ce adeseori face-ca mai târziu ei să aibă deja anumite probleme emotionale grave care sunt adânc întiparite în fiinta lor. Majoritatea acestor probleme provin din lipsă unei educatii sexuale corecte, fie datorită exemplului negativ al părintilor, fie datorită unei lipse de comunicare si iubire în familie.

În majoritatea familiilor, este aproape inevitabil ca, la un moment dat, copiii nu să audă sau să nu-si vadă măcar o dată părintii făcând dragoste. Desi trebuie păstrat misterul si magia comuniunii sexuale transfiguratoare realizate cu

Sexualitatea transfiguratoare, nesfârsită, realizată cu continență nu este niciodată un subiect tabu în culturile orientale. Cea mai naturală si elevată dintre actiunile umane nu trebuie niciodată să fie tratată ca un viciu ascuns de care trebuie să ne fie rușine. Reprezentare după o pictură chineză, dinastia Ming

continentă, ca ceva care este profund sacru și minunat, copiii nu trebuie niciodată să fie îndepărtați de la înțelegerea tainelor sexualității. Decât să nu știe nimic despre felul cum mămica și taticu fac "treaba aia" sau să fie la un moment dat siliți să-și satisfacă natural curiozitatea, copiii trebuie mai degrabă să fie familiarizați gradat cu realitățile amorului transfigurator nesfârșit, care este realizat cu continență. Pentru aceasta uneori poate fi lăsată, în mod deliberat, o ușă deschisă și atunci copilul poate fi rugat să ardă tămâie și să aducă flori și băuturi răcoritoare în timp ce părinții manifestă o anumită intimitate amoroasă. Nu este niciodată nevoie de o expunere ostentativă, ci mai degrabă de o împărtășire delicată subtilă din ambianța sexualității transfiguratoare, realizată cu continență, astfel încât copilul să-și poată da singur seama în mod natural „care-i treaba". Este absolut firesc și natural ca mama să-și ia uneori copilul care este foarte mic (și când acesta nu a învățat încă să vorbească) în pat cu soțul, și chiar să-l îngrijească în timp ce ei fac dragoste în mod transfigurator cu continență. De asemenea, copiii trebuie să fie invitați în mod firesc în dormitor atunci când cei doi părinți sunt în fuziune amoroasă tranfiguratoare intimă, pentru că atmosfera de dragoste și fericire nu poate fi decât sănătoasă pentru ei. Intrând astfel în cercul magic al iubirii transfiguratoare, nesfârșite, realizate cu continență, copiii pot primi o profundă și binefăcătoare inițiere în sexualitatea sublimă realizată cu continență. Încă din timpuri străvechi, manualele sexuale ilustrate au jucat un rol foarte important în toate culturile orientale. Prin această carte, noi ne-am străduit să realizăm atât o educație privind natura superioară a sexualității transfiguratoare, nesfârșite, realizate cu continență, cât și o inițiere în semnificația supremă reală, tainică, a funcției creatoare. Fuziunea amoroasă transfiguratoare, nesfârșită, realizată cu continență, este o activitate sublimă, dătătoare de fericire și cât se poate de naturală, în care rușinea nu are niciodată ce căuta. Toată istoria nevrozei sexuale care exista în Occident provine din reprimarea sexualității animalice, inferioare, inconștiente și a unei educații sexuale nepotrivite. Odată cu abordarea corectă a sexualității transfiguratoare, nesfârșite, realizate cu continență, viața devine pentru cel care are curajul și curiozitatea să o abordeze, o experiență infinit mai semnificativă și mai fericită care ni se revelează astfel pentru că acum noi aplicăm practic alchimia formidabilă a extazului.

În Orient, copiii sunt inițiați de la o vârstă foarte fragedă să înțeleagă cât de cât tainele sexualității. Reproducere după o gravură japoneză realizată de SUZUKI HARUNOBU, cca. 1766.

RECAPITULAREA SECRETELOR PREZENTATE

Învățăturile secrete tantrice și taoiste prezintă o viziune supremă, divină, profund iluminatoare din punct de vedere spiritual asupra sexualității transfiguratoare, nesfârșite, realizate cu continență, care poate contribui imens la ridicarea nivelului culturii Occidentale. Aceste învățături care până nu demult erau rezervate doar celor puțini nu cer doar simpla reconsiderare a atitudinii noastre față de sex; ci mai degrabă oferă - pentru femeile și bărbații care vor avea curajul și curiozitatea să se angreneze plini de dăruire - o cale eminamente practică de evoluție accelerată, în care sexualitatea de un tip CU TOTUL NOU - SUBLIM - capătă un țel spiritual. Acum când ierarhiile sociale aproape că și-au pierdut înțelesul, iar conducătorii și-au abandonat funcția de reprezentanți ai zeilor, Secretele Sexuale își găsesc triumfătoare drumul către principalul curent profund SPIRITUALIZANT de gândire. Nemaifiind limitate doar la câteva ființe umane alese, aceste secrete care se dovedesc extrem de valoroase numai pentru acela care VA REALIZA UN GRAM DE PRACTICĂ conferă o înțelegere rapidă și profundă a naturii reale și a scopului esențial, suprem al existenței. Învățăturile fundamentale care sunt expuse aici sunt eterne, optimiste și transcendente; viziunea profund holistică asupra sexualității, pe care o descriu acestea, ne ajută să trecem din această lume în cealaltă, revelându-ne ceea ce este dincolo de limitările legate de viață și moarte.

În Orient, sexualitatea transfiguratoare, nesfârșită, realizată cu continență era în mod tradițional privită ca o înaltă formă de artă, care era demnă de respect. În loc de a privi sexualitatea transfiguratoare realizată cu continență ca pe un subiect tabu, în care nu erau analizate decât urmările sale negative care sunt inerente, inițiații consideră că fiind realizată astfel (CU CONTINENȚĂ) ea devine actul cel mai natural, cel mai favorabil și venerabil, care este chiar „aducător de înțelepciune".

Practicând Secretele Sexuale, care implică în esență amorul transfigurator nesfârșit și realizarea perfectă a continenței sexuale, cuplul unit și iubitor va descoperi un instrument extrordinar de realizare a adevăratei egalități dintre bărbat și femeie. Eliberați

Intimități dătătoare de fericire în Pavilionul Iubirii. Reprezentare după o gravură color japoneză color, care a fost realizată de Koryusai, aproximativ 1770.

odata pentru totdeauna de frustrarea sexuala, de inhibitiile si sentimentele aberante de culpabilitate, cei doi se vor apropia rapid si din ce in ce mai mult unul de celalalt atingând astfel fiecare sau macar unul starea ANDROGINALA glorioasa divina.

Atât Tantra cât si Taoismul afirma ca atitudinile si practicile sexuale incorecte mai ales datorita faptului ca din ele lipseste iubirea, transfigurarea, continenta sexuala, transmutarea constient realizata si sublimarea armonioasa a energiilor rezultante, reprezinta cauzele fundamentale ale problemelor nu doar psihologice, ci si fizice si mentale. Sexualitatea transfiguratoare cu continenta, pozitiv orientata ofera metoda cea mai rapida, cea mai directa si cea mai armonioasa de rezolvare a acestor probleme.

Noi speram ca aceasta carte va fi foarte utila mai ales din punct de vedere practic pentru persoanele si cuplurile care doresc sa participe prin abordarea directa a amorului transfigurator nesfârsit, realizat cu continenta, la forta hranitoare universala a extazului senzual.

Când sexualitatea transfiguratoare, nesfârsita realizata cu continenta intra cu adevarat in armonie cu spiritualitatea naturala, atunci se deschide o tainica si paradisiaca dimensiune, cu totul noua, a realitatii. Parerea noastra ferma, care la ora actuala este bazata pe o mare experienta practica, este ca acceptarea sexualitatii creatoare, profund transfiguratoare, realizata cu continenta, eliberata de culpa, reprezinta un panaceu nebanuit pentru multe boli psihologice actuale.

Este foarte bine sa nu va pierdeti entuziasmul daca progresul pe aceasta cale vi se pare ca este incet. Odata ce exista curaj, o mare daruire si o aspiratie constanta de a reusi, va puteti astepta la multe strafulgerari iluminatorii bruste. Noi va sfatuim sa urmariti sa va dezvoltati un simt profund dinamic al asteptarii, si totodata sa va creati o deschidere totala si constientizare detasata atât a propriei sexualitati cât si a aceleia a fiintei ori a fiintelor pe care le iubiti. Cu toate ca teoriile si tehnicile practice care sunt prezentate in aceasta carte sunt de mare ajutor, abnegatia, transfigurarea, intuitia, umilinta, intelepciunea inimii, aspectele superioare ale iubirii, sunt cele care revelează cuplului perfect continent Secretele Sexuale. Aceasta întelepciune tainica, profund intuitiva este rapid accesibila tuturor acelora care recunosc relatia reciproca dintre sexualitatea transfiguratoare, nesfârsita, realizata cu continenta si spiritualitate.

Eliberarea sexuala implica in viziunea întelepciunii orientale eliberarea fiintei la toate nivelele: fizic, psihic, mental si spiritual. Viziunea profund holistica integratoare reprezinta o alta componenta esentiala a întelegerii Secretelor Sexuale. Odata ce aceasta viziune este abordata, pornind de la ideea-forta ca UN GRAM DE PRACTICA VALOREAZA CÂT TONE DE TEORIE, secretele expuse cu generozitate in aceasta carte va vor ajuta sa deveniti niste iubiti mai buni, mai puternici si va vor initia in frumusetea colosala, in spiritualitatea, in stiinta si mistica plina de mistere a sexualitatii.

Nu este niciodata necesara abandonarea credintelor noastre religioase pentru a putea practica Secretele Sexuale, si nici adoptarea punctelor de vedere

hindus, buddhist, tantric sau taoist. Secretele Sexuale pot fi gasite in toate religiile mari, dar vom observa ca adeseori multe învataturi autentice si anumite CHEI FUNDAMENTALE au fost fie ocultate, fie pierdute ele ramânând intacte doar in Tantra si in Taoism. Ceea ce este foarte important in aceasta lucrare sunt inainte de toate principiile descrise. Secretele Sexuale nu au reprezentat si nu reprezinta o dogma; ele sunt mai degraba o colectie de adevaruri esentiale, tainice, despre sexualitate care datorita VALORII LOR IMENSE au rezistat probei timpului. Speram ca ele sa va ajute din plin!

Orice slabiciune fizica, vitala, psihica si mentala trebuie sa fie atribuita in ultima instanta felului nostru gresit de a face dragoste. Arta Secreta a Iubirii trebuie sa fie considerata cea mai importanta dintre arte pentru ca, daca ea este practicata corect si in mod sistematic, conduce pe aspirant catre Suprema Fericire si il conduce pe culmile Nemuririi.

SU-NU-CHING

Bucuria iubirii sexuale, realizata cu continenta, poate fi manifestata in atâtea feluri atragatoare si minunate, încât ea face ca in scurt timp dupa aceea sa fie cu adevarat binecuvântata conditia umana.

SMARADAPIKA

Mai multe cupluri înlantuite, care aspira sa atinga iubirea infinita, formeaza impreuna un elefant erotic care este simbolul suveranitatii. Reproducere dupa o pictura in miniatura ce se afla pe o amuleta sexuala din Rajasthan, sfârsitul secolului al XVIII-lea.

GLOSAR

AUM = MANTRA supremă, manifestarea sunetului spiritual.

AL TREILEA OCHI = Conștiință trezită. Ochiul lăuntric al minții și faculatea sa de clarviziune. Vezi AJNA CHAKRA.

ADI SHAKTI = SHAKTI originară, Principiul Creator al Energiei Divine ca personificare feminină.

AGNI = Focul, unul din aspectele de veneratie cele mai străvechi și cele mai sacre ale hindușilor. El se manifestă pe cer sub forma soarelui, în aer sub forma fulgerului și pe pământ sub aparența focului. AGNI apare în VEDE personificat într-o divinitate căreia îi sunt consacrate numeroase imnuri. În ființa umană este o energie subtilă arzătoare, caldă.

AH = Primul sunet-vocală din alfabetul sanscrit. În tantrism, el semnifică începutul creației. În anatomia subtilă a ființei umane, "AH" are proiecția la nivelul plexului faringian (zona gâtului).

AHUYABARADA MUDRA = Gestul invitației mistice. Poziție corporală simbolică care este abordată de obicei de o maestră tantrică în arta sexualității și care implică să se realizeze plasarea unei mâini pe coapsa piciorului.

AJNA CHAKRA = vezi CHAKRA.

AKARNA DHANURASANA = În limba sanscrită, "AKARNA" înseamnă lângă ureche, "DHANU" înseamnă arc, iar "DHANUR"- arcașul. Această postură HATHA-YOGA face ca picioarele și spatele practicantului să devină foarte flexibile, totodată ea ajută la controlul și sublimarea energiei sexuale. Literal: "postura arcului aproape de ureche".

ALI = Cele 15 vocale din alfabetul sanscrit, pe care Tantra le atribuie canalului energetic subtil stâng (IDA NADI (-)) din structura subtilă a ființei umane. Silabele-sămânță ale celor 15 zeițe yoghine sunt intim corelate cu diferitele faze ale Lunii. Aceste iubite intime se află într-o anumită legătură tainică mai ales cu semnul zodiacal al Scorpionului.

AMRITAKALA = Localizarea în continuă schimbare ciclică a pasiunii erotice în corpul unei femei, care se află în directă legătură cu fazele Lunii.

APANA = Fluxul subtil descendent, unul din cele două șuvoaie subtile vitale ale corpului. APANA guvernează, în corpul subtil, porțiunea corespunzătoare zonei inferioare a bazinului, inclusiv anusul. Asociat curentului subtil colorat roșu-portocaliu, susține funcția de eliminare.

APELE FLORII DE LUNĂ = Termen taoist, folosit pentru a descrie secrețiile intime amoroase care iau naștere în YONI-ul femeii vitale și senzuale în timpul actului sexual. Cunoscute de asemenea și sub denumirea de METALUL ALB, aceste secrеții invigorează, hrănesc și armonizează mentalul lăuntric și chiar făptura bărbatului care le absoarbe pe toate pe cale sexuală sau orală.

ARDHANARISHVARA = SHIVA în ipostaza sa androginală; partea lui stângă este feminină și are un sân minunat, iar partea lui dreaptă este pregnant virilă și masculină. Simbol al uniunii perfect echilibrate dintre SHIVA și SHAKTI, al contopirii armonioase a dualităților interioare și exterioare. Hermafroditul, este adeseori unul dintre cele mai importante simboluri ale ocultismului și ale senzualității care a trezit și a unificat în ea contrapartea polar opusă. Totodată acesta este unul dintre arhetipurile alchimice.

ASANA = Postură corporală fermă și plăcută, în care ființa se poate menține un timp îndelungat. În YOGA, ASANA-ele sunt practicate pentru dobândirea unui control psiho-fizic perfect prin intermediul stăpânirii ferme a energiilor subtile în corp.

ASHWINI-MUDRA = contracția și dilatarea mușchilor sfincterului anal. Este un procedeu eficient pentru dinamizarea energiei sexuale și canalizării ei spre zonele superioare ale corpului. Literal, ASWINI înseamnă "iapă".

AVADHUTI = Adeptă avansată a practicilor sexuale YOGA care a atins măiestria în continența sexuală. Reprezintă, de asemenea, numele secret al canalului energetic subtil, central (SUSHUMNA NADI (0)) din ființa umană.

AVALOKITESHVARA = Întruparea compasiunii divine pe pământ.

BODHISATTVA, adică cel care a dobândit eliberarea spirituală, încamându-se pentru a ajuta la eliberarea celorlalte ființe umane. Salvator spiritual și simbol al transcendenței prin îndepărtarea iluziei. MANTRA lui cea lungă este "AUM-MANI-PADME-HUM"

AVENTURA MENSTRUALĂ/FLUIDUL MENSTRUAL = Termen chinezesc care desemnează menstruația. A se vedea de asemenea ZĂPADA ROȘIE/MAREA ROȘIE.

BANDHA = Literal, "a contracta", "a bloca", "nod", "strângere" sau "reținere". Termenul se referă la posturile YOGA care comprimă sau controlează anumite organe sau energii specifice în corp: posturile care canalizează invers energiile subtile ce, în mod normal, au tendința să iasă din corp. Procedeu foarte indicat pentru reținerea spermei sau pentru înlăturarea instinctului de descărcare a energiei sexuale.

BANDHA-PADMASANA = Pornind din PADMASANA (postura lotusului), brațele se încrucișează după aceea pe la spate, fiecare dintre mâini prinzând atunci degetul mare de la piciorul opus. Această postură HATHA-YOGA amplifică flexibilitatea gâtului, a umerilor și a spatelui și totodată este utilizată pentru trezirea și ascensionarea gradată a puterii latente în corp (KUNDALINI).

BHAGASANA = Postură HATHA-YOGA în care tălpile picioarelor sunt lipite, ca într-o rugăciune, la baza organelor sexuale. Această poziție YOGA este abordată de tantrici și de HATHA-YOGHINI pentru a onora YONI-ul cosmic, care conține energia feminină atotcuprinzătoare în creație care se află în MACROCOSMOS. Aceasta este totodată o postură avansată pentru obținerea echilibrului static în meditație.

BHAIRAVA CHAKRA = Adorarea Marii Puteri Cosmice KALI într-un cerc care este format din mai multe cupluri amoroase aflate în uniune transfiguratoare sexuală cu continență: orgia divină. Asemenea "jocuri amoroase în grup" sunt comune în unele religii antice. În tradiția secretă tantrică, BHAIRAVA CHAKRA este practicată pentru dobândirea unor mari puteri supranaturale.

BHAKTI = Credință sau devotiune spirituală imensă. Omagiu, pietate, iubire manifestate ca un principiu religios. Impetuoasa forță ascendentă a credinței atunci când îl iubim din toate puterile pe DUMNEZEU.

BHUJANGASANA = Postura cobrei; are efecte notabile asupra coloanei și tonifică organele interne. Îmbunătățește circulația și procesul respirator, stimulând în același timp și funcția sexuală.

BRAHMA = Prima divinitate din TRIMURTI, Trinitatea hindusă care îi cuprinde pe BRAHMA, VISHNU și SHIVA. BRAHMA este o manifestare a lui Dumnezeu în aspectul său de creator al Universului. Într-o primă perioadă a fost venerat în egală măsură cu VISHNU și SHIVA. Totuși în India modernă BRAHMANISMUL și-a diminuat aria de răspândire în favoarea VISHNUISMULUI, ȘIVAISMULUI și ȘAKTISMULUI.

Parte integrantă a lui MAYA, iluzia ce ține de manifestare, BRAHMA nu trebuie în nici un caz să fie confundat cu BRAHMAN. Este reprezentat în general având patru fețe și patru brațe ce țin, printre diferite simboluri, VEDELE și un șirag de mătănii.

BRAHMA NADI = Cel mai subtil canal de pe SUSHUMNA (canalul subtil energetic central). Cunoscut și drept Calea Regală. BRAHMA NADI reprezintă cel mai subtil nivel al rafinamentului spiritual.

BRAHMANDA = "Oul" sau aura lui BRAHMA, despre care se spune că ar conține în el însuși întregul univers. Termen utilizat, de asemenea, pentru a denumi Corpul Subtil în rolul său de microcosmos, față de Macrocosmosul reprezentat de BRAHMA.

BRAHMARANDHRA = "Deschizătura lui Brahma". Deschizătura fontanelei din creștetul capului, vizibilă la naștere, care se închide însă în primul an de viață. În conformitate cu tradiția ocultă a Orientului, sufletul pătrunde în corp sau părăsește corpul prin această deschizătură.

BUDDHA = Iluminatul Buddha istoric a fost un prinț care a renunțat la viața regală, devenind un ascet. El a fost numit Buddha după ce a atins Iluminarea.

CALUL CARE SE JOACĂ = Termen taoist care este utilizat pentru a desemna acele jocuri transfiguratoare sexuale cu continență în care unul din iubiți este deasupra celuilalt.

CÂNTATUL LA FLAUT = *Un termen taoist pentru amorul oral, între gură și LINGAM.*

CÂMPUL SAU TERASA DE CINABRU = *termen taoist care desemnează plexul solar sau focarul principal al transmutării în diferite energii a anumitor substanțe și care este localizat sub zona ombilicală (MANIPURA CHAKRA).*

CHAKRA = *literal, în limba sanscrită "roată", "cerc"; termen ce desemnează centrii secreți de forță prin care trece energia subtilă PRANA și, atunci când este trezită, chiar KUNDALINI, care influențează corpul fizic, corpul astral și corpul cauzal al ființei umane. Acești centri fundamentali acumulează, transformă și redistribuie energia subtilă, modulată care îi traversează. Deși CHAKRA-ele influențează în mod cert glandele endocrine și anumite organe fizice (de exemplu inima sau plexul solar), este bine să nu le confundăm cu acestea deoarece aparțin unui alt nivel al realității fenomenale. CHAKRA-ele sunt puncte focar de întâlnire și de interpenetrare a fizicului cu psihicul, mentalul și cauzalul. Cele șase CHAKRA principale împreună cu cel de-al șaptelea centru SUPREM (SAHASRARA) din KUNDALINI YOGA (acești centri fundamentali sunt cunoscuți și în alte culturi, sub nume diferite) se găsesc amplasați de-a lungul lui SUSHUMNA NADI, canalul principal de forță ce transportă energia subtilă de-a lungul coloanei vertebrale. SUSHUMNA NADI este canalul prin care urcă KUNDALINI în momentul trezirii superioare: psihice, mentale și spirituale a ființei umane.*

Primele șase CHAKRA sunt situate fiecare în afara învelișului corporal grosier, iar cea de-a șaptea, care nu este propriu-zis o CHAKRA ci un CENTRU SUPREM DE LEGĂTURĂ CU DUMNEZEU, se află deasupra vârfului capului (SAHASRARA). În timpul trezirii lui KUNDALINI (fenomen ce se produce în general ca urmare a unor exerciții de KUNDALINI YOGA corect și perseverent realizate, care permit trezirea și controlul acestui proces), energia cosmică subtilă urcă de la prima CHAKRA (MULADHARA), situată în plan subtil la nivelul zonei dintre anus și sex, până în SAHASRARA, activându-le gradat pe toate, una după alta. La nivelul fiecărei CHAKRA pe care o atinge și o energizează extraordinar de mult KUNDALINI, yoghinul resimte un fel de fericire intensă aparte (ANANDA) și totodată el dobândește anumite puteri psihice (SIDDHI) care îi permit să ajungă la o formă mult mai amplă și rafinată de cunoaștere, de aici provenind de altfel și numele de Centri de Conștiință (CHAITANYA) dat uneori CHAKRA-elor.

Din fiecare CHAKRA radiază un anumit număr de canale energetice (NADI) cunoscute în tradiția yoghină sub numele de "PETALE" sau "SPITE" energetice. Oamenii înzestrați cu capacități mediumice și capabili, datorită clarviziunii, să vadă corpul astral al celorlalți, descriu adeseori CHAKRA-ele ca niște focare de lumină subtilă distinct colorate care au un număr diferit de petale sau canale energetice care pornesc dintr-un centru (BINDU). Uneori CHAKRA-ele sunt reprezentate în mod simbolic în anumite texte YOGA tradiționale. Numărul de petale corespunde totdeauna numărului de NADI-uri (sau SPITE ENERGETICE) ce pornesc din fiecare CHAKRA. Aceste așa-zise "flori de lotus", sunt înzestrate (atunci când sunt trezite) cu o vibrație specifică care le face să dea impresia de "roți" statice de unde provine și numele de CHAKRA. După sistemul KUNDALINI YOGA, fiecărei CHAKRA îi corespund anumite caracteristici psiho-somatice și mentale exprimate printr-o serie de simboluri (forme geometrice, culori, MANTRA-e, animale simbolice (care desemnează anumite energii subtile, secrete), divinități (ce indică anumite lumi paralele) etc.).

CHAKRA PUJA = *Expresie tantrică care înseamnă "adorarea realizată în cerc" și care se referă la unele procedee sexuale transfiguratoare, rituale care sunt efectuate cu continență de mai multe cupluri tantrice care sunt așezate în cerc. Acest termen mai semnifică, de asemenea, și focalizarea conștientă și puternică a energiilor subtile devoționale pentru a putea astfel trezi, dinamiza și activa în mod corespunzător CHAKRA-ele din structura subtilă a unei ființe umane.*

CHAKRA SAMBHARA = *"Stăpânul chakra elor"; formă tantrică mistică (YIDAM) care simbolizează atunci anumite realități spirituale. Expresie care este uneori folosită pentru a desemna învățăturile înalt spirituale și dinamice. Numele unui important tratat tantric secret care descrie efectele extraordinare care rezultă prin*

folosirea și transformarea energiei subtile solare. Vehicul al Eliberării spirituale, care este personificat de un cuplu aflat în uniune sexuală cu continență.

CHAKRA BAZALĂ = *vezi MULADHARA*

CHAKRA GÂTULUI = *Centrul comunicării din corpul subtil, vizualizat ca un lotus cu 16 petale orientat în sus. Unul din cei patru centrii majori ai Corpului Subtil.*

CHAKRA TRANSFORMĂRII = *vezi CHAKRA ombilicului.*

CALEA REGALĂ = *vezi BRAHMA NADI.*

CIOC DE CORB = *vezi "respirația de răcire"*

CELE DOUĂ VÂRFURI DE LOTUS = *termen mistic și sexologic taoist pentru sânii femeii.*

CORPUL LUI BUDDHA = *Corpul uman, transformat într-un corp iluminat sau suprauman, prin practica YOGA.*

CÂMPUL LUI BUDDHA = *Atmosfera psihică creată de prezența unei ființe iluminate.*

CHANDRAMAHAROSANA = *"Marele Elixir Secret al Lunii". Una din formele mistice tantrice (YIDAM) totodată și o zeitate tutelară. Semnifică, de asemenea, numele unui text tantric important care tratează despre aspecte legate de controlul conștient al energiilor subtile lunare. CHANDRAMAHAROSANA este simbolizată de Luna plină care se află atât la nivelul Macrocosmosului, cât și la cel al microcosmosului ființei umane; ea este uneori personificată de un cuplu aflat în uniune sexuală cu continență care se află într-o poziție amoroasă în care cei doi au genunchii îndoiți.*

CHITRINI = *o anumită categorie de femei la care se face referire în anticele tratate hinduse despre arta amorului. Cunoscută și ca "femeia-artă", ea se consideră că provine din tărâmurile celeste. Același termen este folosit și pentru a desemna unul din foarte subtilele canale energetice din interiorul lui SUSHUMNA NADI (0).*

CHUEN-CHIEN = *perne de forma unei semilune, care sunt utilizate în China ca suport pentru șezut în timpul jocurilor amoroase cu continență.*

CHINNAMASTA = *Zeiță ce aparține de pantheonul tantric, "Cea lipsită de ego" sau adepta sexualității în YOGA. Reprezentările iconografice o prezintă ca cea care s-a decapitat singură (semnificând astfel eradicarea ego-ului) și care își ține astfel capul tăiat în una din mâini. Din gâtul ei tâșnesc trei șuvoaie de sânge (simbol al celor trei NADI-uri principale din corpul subtil), care sunt băute de propriul ei cap (șuvoiul central) și de cele două însoțitoare (VARNINI și DAKINI), plasate la dreapta și la stânga Zeiței. Originile misterelor despre această Mare Zeiță se pare că provin din China.*

CONTINENȚA SEXUALĂ = *înfrânare, reținere, control deplin conștient al funcției sexuale atât de către bărbat cât și de către femeie, implicând contactul sexual cu atingerea unui număr nelimitat de orgasme de către cei doi iubiți (la unison sau separat), dar care nu se finalizează prin ejaculare la bărbat și nici prin descărcarea explozivă a potențialului creator specific la femeie. Acest mod superior de a trăi actul sexual fără epuizare permite transmutarea biologică a potențialului sexual, creator în forme superioare de energie vitală, psihică, mentală, spirituală datorită unor procese inefabile de sublimare lăuntrică.*

CORBUL = *sau Postura Corbului; reprezintă una din numeroasele posturi amoroase sexuale în care se realizează de asemeni continența și care este utilizată pentru a realiza amorul oral. În Occident, această poștură este adeseori cunoscută sub numele de "69".*

CORPUL SUBTIL = *Termen yoghin folosit pentru a descrie corpul invizibil vederii obișnuite, alcătuit din energii subtile cu o anumită cotă de vibrație, prezent în interiorul și exteriorul corpului fizic. Cunoscut și sub numele de BRAHMANDA, (Aura lui BRAHMA), este alcătuit din energii plasmatice și vortexuri subtile, aflate într-o continuă mișcare și schimbare.*

CREUZET = *termen taoist și tantric care desemnează femeia iubită care este angrenată într-un joc amoros în cuplu, atunci când aceasta practică tehnicile amoroase cu continență; mai înseamnă, de asemenea, YONI. Instrumentul prin care au loc diferitele transformări.*

CHAKRA CORONALĂ = *Centrul superior al corpului subtil, suprannmit*

"lotusul cu o mie de petale". Punctul focar al forțelor lunare din microcosmos.

CHAKRA INIMII = Centrul median al corpului subtil, vizualiat ca un lotus oriental în jos, având 12 petale. Punctul focar al afectivității (emoțiilor).

CHAKRA OMBILICULUI = Centrul de "transformare" al corpului subtil, vizualizat ca un lotus orientat în sus, cu 10 petale, strălucitor ca Soarele. Punctul focar al forțelor solare din microcosmos, asociat cu plexul solar.

DAKINI = În iconografia populară indiană, o DAKINI este o fermecătoare și teribilă entitate feminină (ce există în lumea subtilă (rareori se încarnează fizic) și se manifestă sub forma unei femei foarte frumoase și plină de energie care este TOTDEAUNA înzestrată cu anumite puteri paranormale (SIDDHI-uri) din lumea subtilă a zeilor. În budismul VAJRAYANA, ea este o SUI GENERIS - "muză" sau altfel spus forța inspiratoare a conștiinței, reprezentată, în general, sub forma unei femei foarte frumoase și rafinate cu părul lung și cu sâni mari care este goală și emană o intensă forță mentală misterioasă și fascinantă în același timp. DAKINI este, de fapt, o SHAKTI în această accepție și ea are drept misiune divină trezirea, amplificarea, integrarea și rafinarea energiilor subtile mentale acumulate prin REZONANȚĂ de yoghin în timpul meditațiilor sale profunde.

În limba tibetană, DAKINI se traduce prin "KHADROMA", unde "KHA" reprezintă spațiul subtil (eterul) celest (AKASHA), "DRO" indică acțiunea fulgerătoare de a se deplasa iar "MA" arată că respectivul cuvânt este de genul feminin. KHADROMA (DAKINI) este deci o entitate feminină preponderent MENTALĂ care există și evoluează în sfera subtilă de manifestare a Realității supreme: frumusețea și goliciunea (nuditatea) sa deplină simbolizează în realitate contemplarea (datorită rezonanței și a fuziunii depline) și înțelegerea directă a Adevărului, fără voaluri și fără mască.

DESCHIDEREA LUI BRAHMA = vezi BRAHMARANDHRA.

DEVADASI = Literal, "Servitoare a Lui Dumnezeu". Dansatoare inițiate care se aflau în templu și care se împărteau în mai multe categorii. Cea mai înaltă categorie le include pe acele yoghine avansate care își puteau exercita în mod perfect controlul asupra funcțiilor lor corporale. Ele constituiau-așa-numitele "inițiatoare" în Tantra YOGA și erau considerate a fi consoartele zeilor cărora le era închinat templul respectiv și încarnări ale GOPI-urilor lui KRISHNA. Multe dintre Secretele sexuale erau predate practic de către aceste DEVADASI celor pe care acestea îi iubeau.

DHANURASANA = "Postura arcului". Întinde și întărește totodată mușchii abdominali și cei ai spatelui, îmbunătățește digestia și fortifică activitatea gonadelor.

DO IN = Termen japonez, indicând automasajul, care are drept scop aducerea corpului într-o deplină stare de armonie energetică cu întregul univers.

DORJE = Cel Nepieritor sau Sceptrul de Diamant. Un simbol tantric pentru organul sexual masculin (LINGAM-ul); unul dintre accesoriile care sunt adeseori folosite în magia superioară.

DYAUS = Cerul, firmamentul suprem. DYAUS, tatăl ceresc, acoperă pământul planetei și îl fertilizează cu a lui sămânță, care este ploaia. Un termen vedic din antichitate, echivalent al "eterului", agentul-liant dintre elemente.

EH = Sunet-sămânță tantric care reprezintă puterea subtilă transformatoare de la nivelul CHAKRA-ei ombilicului (MANIPURA CHAKRA). Aceasta este totodată un sunet natural, exprimat în timpul jocului amoros.

ENEAGRAMĂ = Diagramă esoterică străveche care, în construcția sa, se bazează pe numărul 9. Ea a fost popularizată în Occident de către marele inițiat Gurdjieff. Printre altele ea prezintă corelațiile ce se pot face între cele 9 puncte care o alcătuiesc și care sunt dispuse pe un cerc. Fiecare punct al ei corespunde unei anumite deschizături (în microcosmosul ființei umane) și unei anumite planete (în Macrocosmos). Ea este totodată un simbol important care este folosit de ocultiști pentru a desemna psihicul uman în ansamblul său.

ESENȚA YIN = Secrețiile menstruale ale femeii, Ovulul.

ESENȚA CORALULUI = vezi "Zăpada albă".

ESENȚA FEMEII = Termen taoist utilizat pentru a desemna secrețiile sexuale regenerante și profund vitalizante care iau naștere în YONI, la femeie, în timpul trăirii

cu intensitate a actului amoros transfigurator realizat cu continență și pe care iubitul ei trebuie să le savureze cu încântare în timpul jocului oral pentru a se polariza profund și pentru a atinge starea ANDROGINALĂ divină.

EXTAZELE AMOROASE SECRETE = Un termen taoist care se referă la acțiunea prin care un bărbat face dragoste cu mai mulți de o femeie. Se consideră că această practică este aducătoare de puteri magice.

FATA CEA SINCERĂ = Vezi SU-NU.

FATA CEA NEAGRĂ = Vezi HSUAN-NU.

FATA CEA ALEASĂ = Vezi TS'AI-NU.

FAN-YU-FU-YU = Literal, "nori întorși și ploaie inversată"; termen chinezesc care semnifică homosexualitatea masculină și actul sexual anal realizat de un bărbat cu un alt bărbat, care sunt amândouă considerate ca fiind ceva pervers și malefic. Homosexualitatea masculină este privită de către cei inițiați ca o deviație.

FÂNTÂNA DE JAD = Termen taoist care desemnează saliva produsă în gura unei femei atunci când aceasta se află în timpul actului amoros cu continență. Despre această salivă se spune că ea are un efect profund vitalizant și foarte benefic asupra celui care o absoarbe atunci oral. Ea mai este denumită, de asemenea, și izvorul cel dulce.

FLUIDUL FLORII DE PIERSICĂ = Termen taoist pentru lichidul menstrual.

FLUIDUL LUNAR = Termen tantric folosit pentru a subînțelege secrețiile sexuale feminine produse în timpul actului sexual amoros.

FLUIDUL YANG = Sperma. Portretizată, uneori, în tradiția taoistă, ca dragonii cerești.

FLUIDUL CEL ADEVĂRAT = Termen taoist care desemnează secrețiile sexuale feminine care apar în timpul amorului cu continență. Esența vieții.

GANDAPA = Numele unui faimos maestru tantric care, după mulți ani de abstinență sexuală, a atins Eliberarea Finală în timpul unui joc amoros și spontan realizat cu continență cu o minunată femeie yoghină. El mai este cunoscut și ca GHANTAPA.

GALOPUL CALULUI = Un termen taoist pentru jocurile amoroase în care un iubit îl "călărește" pe celălalt.

GAM = Silaba-sămânță sau MANTRA lui GANESHA.

GANESHA = Zeitate cu cap de elefant din pantheonul-hindus. Unele mituri ne vorbesc despre modul magic în care el a fost creat de PARVATI, iubita lui SHIVA, și cum - printr-un act de mare bunăvoință al Stăpânului Ceresc (SHIVA) - el a devenit prima zeitate care trebuie să fie adorată în toate ritualurile hinduse. Cunoscut și sub numele de GANAPATI, el este adeseori desemnat drept Stăpânul care îndepărtează Obstacolele și Piedicile din calea cuiva. El este adeseori asociat cu CHAKRA vitalității sexuale din Corpul Subtil (MULADHARA CHAKRA). GANESHA este printre altele cel care conferă șansă (NOROC) și succes în viață adoratorului său perseverent.

GARUDA = pasărea mitică, pe jumătate om, pe jumătate pasăre. GARUDA este regele păsărilor, animalul simbolic purtător al lui VISHNU (Conștiința Divină imanentă) și mare dușman al șerpilor (NAGA). GARUDA este reprezentat cu capul, coada și aripile unui vultur și cu corpul și picioarele de om. Fața sa este albă, aripile sale sunt roșii iar corpul auriu. GARUDA a furat AMRITA de la zei pentru a-și elibera mama, prizonieră a mamei șerpilor, KADRU. INDRA a descoperit furtul și l-a atacat pe GARUDA. AMRITA a fost astfel recuperată, dar INDRA a pierdut bătălia iar fulgerul său de luptă a fost sfărâmat.

În budism, numele de GARUDA este folosit uneori ca sinonim cu BUDDHA; iconografia tradițională îl reprezintă pe GARUDA ca fiind suportul lui DHYANI- BUDDHA AMOGHASIDDHI.

GAYATRI MANTRA = MANTRA secretă care este folosită în practicile yoghine și care evocă în același timp cele Trei Tărâmuri (lumea aceasta, lumea de dincolo și Eternitatea). Ea este utilizată în ritualurile și acțiunile magice divine atât pentru protecție psihică cât și pentru focalizarea energiei vindecătoare. Reprezintă devotiunea și aspirația plină de fervoare către forțele spirituale superioare, sublime și totdeauna ea conferă o bună direcționare spirituală. De asemenea, ea este foarte des folosită în

jocurile amoroase, transfiguratoare, cu continentă.

GOMUKHASANA = Postura "Capului de vacă": creează un circuit de energii subtile benefice orientate spre partea superioară a corpului.

GOPI = Păstoriță: GOPI-urile sunt toate manifestări ale iubitei lui VISHNU, care este LAKSHMI. Ele exprimă puterea feminină de dăruire (atât erotică cât și spirituală) și reprezintă emoțiile afective foarte rafinate. GOPI-urile îl adoră frenetic pe KRISHNA, participând toate cu el într-un dans circular erotic colectiv care canalizează și sublimează emoțiile resimțite, repartizând astfel energia subtilă rezultantă în mod armonios la nivelul tuturor CHAKRA-elor.

GOLDASANA = Postura HATHA-YOGHINA a cocoonului. Este foarte eficientă pentru dezvoltarea echilibrului la nivelul întregii ființe; printre altele, ea întărește coapsele și mușchii picioarelor, stimulând totodată și organele interne.

GORAKSHASANA = Postură HATHA YOGA foarte dificilă, care ajută foarte mult la controlul și sublimarea energiei sexuale. Este numită astfel după cel care a impus-o în practica HATHA-YOGA, marele yoghin eliberat GORAKNATH.

GUHYASAMAJA = "Ansamblul secretelor". Formă mistică în Tantra (YIDAM) și totodată zeitate tutelară. Numele unui text tantric foarte important care este personificat de un cuplu șezând, care se află în uniune transfiguratoare sexuală realizată cu continență.

GUHYESHWARI = O formă secretă a zeiței care este cunoscută ca Doamna Revelatoare a Misterelor. Reprezintă, de asemenea, un nume care este dat inițiatoarelor tantrice în secretele sexualității cu continență.

GUNA = "calitate fundamentală", "tendință esențială". Toate obiectele și ființele lumii fenomenale (PRAKRITI) sunt structurate de jocul dinamic al celor 3 GUNA-e: SATTVA, RAJAS și TAMAS. Aceste trei GUNA-e, care sunt caracteristici esențiale și intrinseci ale iluziei cosmice (MAYA), depind de Supremul Absolut (BRAHMAN), căruia ele îi acoperă (voalează) totuși realitatea pentru ființele care nu au realizat încă eliberarea spirituală. Dacă GUNA-ele se află într-un echilibru perfect, nu se produce nici un fenomen, nu mai există nici manifestare și nici creație. În momentul în care echilibrul lor este perturbat, se manifestă creația.

În celebrul tratat YOGA-SUTRA, PATANJALI descrie aceste trei tipuri de forțe fundamentale - comparabile cu subparticulele elementare (cuarcii sau subcuarcii) ale fizicii cuantice care reprezintă substratul ultim, cu 3 aspecte distincte, al întregii realități - ca fiind într-un continuu conflict unele cu altele. Drept rezultat al acestei tensiuni inerente dintre ele (sau, în limbajul fizicii moderne, datorită ruperii de simetrie) se creează diversele nivele ontologice ale realității manifestate. Scopul propus de PATANJALI pentru practica YOGA este, în acest context, "involuția" GUNA-elor, sau altfel spus, resorbția lor în aspectul transcendent al Energiei Divine Creatoare (PRAKRITI), la nivel individual, în microcosmosul ființei yoghinului.

În universul fizic, SATTVA GUNA se manifestă în tot ce este pur, elevat luminos și rafinat (de exemplu, lumina Soarelui); RAJAS GUNA se manifestă în aproape orice activitate și dinamism (de exemplu un vulcan) iar TAMAS GUNA se manifestă mai ales în tot ceea ce se prezintă ca greutate, inerție, întuneric și imobilitate (de exemplu un bloc de stâncă).

Din punctul de vedere al evoluției, SATTVA GUNA reprezintă esența manifestată a tot ceea ce trebuie realizat. TAMAS GUNA poate fi considerată obstacolul care împiedică realizarea iar RAJAS GUNA poate fi considerată forța prin care este contracarat aspectul TAMAS GUNA. La nivelul conștiinței umane, SATTVA GUNA corespunde, de exemplu, unei stări de pace euforică, echilibru, liniște, elevare și seninătate; RAJAS GUNA îmbracă forma activității, pasiunii și a agitației permanente iar TAMAS GUNA corespunde stării de lene, lipsei de interes, scepticismului, indiferenței, apatiei și prostiei. Caracterul și predispoziția existentă în cazul ființelor umane depind în mod direct de calitatea esențială (GUNA) predominantă la un moment dat în microcosmosul acelei ființe. Căutătorul spiritual trebuie astfel să se străduiască neîncetat (PÎNĂ ÎN MOMENTUL REUȘITEI FINALE) să învingă toate tendințele TAMAS ale cu ajutorul lui RAJAS GUNA și să stăpânească apoi calitatea RAJAS prin amplificarea în ființa sa a aspectelor SATTVA ale. Procedând astfel, el va

triumfa în final, transcendând chiar și SATTVA GUNA și îl va realiza astfel pe ATMAN, Sinele său Divin ETERN.

GURU = Maestru sau Ghid, în special în domeniul spiritual. Tradiția hindusă distinge patru nivele distincte pe care le implică noțiunea de GURU:
1. părinții care ne permit accesul la corpul nostru fizic deoarece ne ajută să ne încarnăm și ne familiarizează cu viața și dificultățile ei;
2. maeștrii profani, profesorii de la școală sau de la facultate, toți cei care se preocupă de formarea noastră profesională;
3. maestrul spiritual care cunoaște Calea Eliberării, ne explică sensul și scopul vieții, drumul către realizarea Sinelui și ne arată pericolele și dificultățile existenței. El ne poate ghida și ne poate impulsiona pe Calea Spirituală, dar nu o poate parcurge în locul nostru. Marii maeștri spirituali spun că nu există "cărarul spiritual pe spatele măgarului" sau cu alte cuvinte tolerarea LIPITORILOR SPIRITUALE EGOISTE.
4. GURUL SUPREM Cosmic (AVATARA) către care ne duce GURUL spiritual, încarnarea Dumnezeului perfect "iluminat". Pentru creștini, GURUL SUPREM Cosmic este IISUS CRISTOS.

Noi avem făgăduința că dacă GURU este canalul lui Dumnezeu pentru toate zilele și pentru veșnicie, Dumnezeu nu va înceta niciodată să ne călăuzească prin intermediul GURU-lui. Cu ajutorul GURU-lui, DUMNEZEU însuși ne va conduce "până la moarte", pentru ca să locuim cu El liberi și în beatitudine pentru veșnicie. Această făgăduință a ghidării dumnezeiești prin intermediul unui GURU ne garantează siguranța pentru întreaga noastră viață. Eliberarea spirituală, mai întâi, apoi cărmuirea până la ultima noastră clipă și, în sfârșit, viața fericită în veșnicie sunt numai câteva din avantajele pe care ni le oferă ghidarea unui GURU. N-ar trebui oare fiecare să caute din tinerețe pe Dumnezeu, cu ajutorul GURU-lui, ca să se bucure în Dumnezeu tot timpul vieții și să se odihnească în El la bătrânețe? Să privim la GURU cu încredere pentru călăuzire, pentru a ne putea baza pe Dumnezeu și în clipa plecării noastre de pe acest pământ.

HALASANA = Postura plugului: postură YOGA ce întinde și întărește mușchii, stimulează activitatea tiroidei și paratiroidei, ajutând de asemenea la dobândirea controlului asupra energiei sexuale.

HAMSA = "lebădă". Zborul tăcut și gratios al acestei păsări imaculate l-a inspirat adeseori pe vechii înțelepți ai Indiei să facă din ea, inițial, simbolul Soarelui iar mai apoi, reprezentarea Sinelui transcendent și luminos (ATMAN), precum și emblema înțeleptului realizat care și-a revelat Sinele Nemuritor (ATMAN). În multe lucrări tradiționale de HATHA YOGA, HAMSA simbolizează frecvent sufletul individual (JIVA) care transmigrează, iar alteori reprezintă suflul vital subtil esențial (PRANA) al ființei. Textul tradițional SHVETASHVATARA UPANISHAD afirmă că HAMSA își flutură aripile (zboară) în aspectele subtile esențiale ale lui MULADHARA CHAKRA. Același text mai arată în altă parte că, deși HAMSA este închis în "cetatea cu nouă porți" (corpul fizic), el (HAMSA) plutește înspre și dinspre exteriorul corpului. De asemenea, în UPANISHADELE descriind tehnici YOGA (YOGA-UPANISHAD), există multiple referiri la HAMSA. Spre exemplu, în conformitate cu HAMSA-UPANISHAD, HAMSA este impregnat în toate corpurile, întocmai precum focul pătrunde lemnul, sau uleiul impregnează sămânța de susan.

HARIKATA = LINGAM artificial, replică cât mai fidelă a organului sexual masculin care este utilizat de soții și femeile foarte senzuale care sunt nevoite să rămână singure perioade mai lungi. El este ținut într-o cutie specială și uneori este onorat cum se cuvine.

HASTAKARA YANTRA = O YANTRA sau diagramă tainică ce este formată de liniile prezente în palmă și care ilustrează legăturile dintre forțele subtile care influențează destinul individual. Simbolurile prezente acolo sunt asociate diferitelor forțe subtile cosmice și ele sunt adeseori folosite de ghicitorii în palmă pentru a-i ajuta să se focalizeze cât mai bine asupra arhetipurilor.

HASTINI = O anumită categorie de femei la care se face referire în diferite tratate hinduse care tratează subiectul sexualității. Cunoscută drept "femeia elefant", se consideră că ea provine din tărâmurile elementare ale creației.

HATHA-YOGA = Practica fizică a sistemului YOGA, care se bazează pe tehnicile de PRANAYAMA (control al respirației). HATHA-YOGA se referă la respirația "HA" a Soarelui (pe partea dreaptă a corpului) și respirația "THA" a Lunii (pe partea stângă a corpului), corelate în mod armonios. Cuvântul "YOGA" înseamnă "a uni", "a aduce împreună". Posturile fizice ajută la armonizarea procesului respirator.

HEVAJRA = "Indestructibilul". Formă mistică în TANTRA care simbolizează misterul învățăturilor despre ciclul Lunar. Ca zeitate tutelară, HEVAJRA este portretizat dansând, cuprins de extaz și aflat într-o beatifică uniune sexuală cu continență. Totodată acesta este numele unui text tantric important.

HSUAN-NU = Fata cea Neagră, inițiatoare și maestră în artele taoiste ale sexualității transfiguratoare realizate cu continență. Se spune că ea este totodată autoarea a trei cărți asupra strategiei militare, fiind identificată cu "Piersica Nemuririi" taoiste. Totodată ea este una dintre cele trei maestre inițiatoare în secretele sexuale pentru miticul Împărat Galben.

HAM = Un sunet sămânță (silabă) asociat cu elementul spațiu (eter), cu urechile, cu simțul auzului și cu forma unui ovoid.

HUM = Silaba sămânță și MANTRA tantrică, ce exprimă transcendența inerentă Vidului. Prin procesul de rezonanță angrenat de emiterea acestei MANTRA, este trezită KUNDALINI.

HUN = Marele Suflu. În conformitate cu viziunea taoistă, HUN intră în corpul fătului în momentul primei respirații, fiind asociat cu forța YANG sau forța solară masculină. Marele Suflu coexistă cu Marele Suflet (PO) și, atunci când moartea se apropie ei este primul care părăsește corpul.

IDA NADI = Unul dintre cele 3 canale energetice (NADI) esențiale care conduc energia vitală subtilă (PRANA) în diferite puncte sau straturi ale microcosmosului ființei umane, hrănind astfel totodată întregul corp. IDA NADI (-) absoarbe PRANA din exterior prin nara stângă și exercită asupra corpului o acțiune răcoroasă, hrănitoare și odihnitoare, întocmai ca aceea a Lunii. IDA NADI (-) este situat la stânga canalului subtil median (SUSHUMNA NADI) și corespunde în plan fizic sistemului nervos parasimpatic. Contrapartea sa subtilă polar-opusă este PINGALA NADI (+). În RIG VEDA, termenul IDA a fost mai întâi sinonim cu hrană, răcoare, ofrandă realizată pe bază de lapte, după care a desemnat Puterea divină a devoțiunii și ofrandei care este considerată în același timp și sfătuitoarea lui MANU. Cuvântul sanscrit IDA este strâns legat de substantivul feminin ID, care înseamnă, printre altele, și odihnă sau mângâiere. Numeroase texte tradiționale atribuie Puterii divine IDA responsabilitatea pentru buna desfășurare a ritualurilor sacrificiale.

ÎMPĂRATUL GALBEN = Cunoscut și sub numele de HUANG-TI, se spune că el a trăit în Epoca de Aur (în prezent noi ne aflăm în epoca de fier sau în epoca lui KALI); i se mai spunea și Fiul Cerului. Numele său apare cu precădere în referirile la știința medicală și la sexualitatea inițiatică în taoism. Legenda afirmă că Împăratul Galben s-ar fi ridicat la Cer în plină zi, deoarece el dobândise cea mai înaltă perfecțiune spirituală prin intermediul practicilor sexuale transfiguratoare secrete realizate cu continență.

INDRA = Zeul cerului; după VEDE, el este unul dintre Zeii supremi, deși este născut dintr-un tată și dintr-o mamă (spre deosebire de zeii nenăscuți). El domnește asupra vremii și intemperiilor; el trimite ploaia, trăznetul și tunetul. INDRA este adorat ca dispensator al ploii, sursă a fecundității și în același timp este temut, fiind stăpânul timpului urât. În VEDE, în onoarea sa, sunt dedicate mai multe imnuri decât în onoarea tuturor celorlalți zei, cu excepția lui AGNI.

Tradițional, INDRA este descris ca o ființă cu pielea strălucitoare, aurie și cu brațe extraordinar de lungi. El poate lua orice formă dorește și tocmai de aceea i se cunosc nenumărate încarnări. El se deplasează într-o trăsură aurie strălucitoare, trasă de doi cai negri cu coama fluturând. Este înarmat cu un trăznet (VAJRA), pe care îl ține în mâna dreaptă; mai are totodată și săgeți, un mare cârlig și un laț cu care își învinge adversarii. INDRA apreciază în mod deosebit elixirul subtil esențial, secret, SOMA, din care consumă mari cantități.

În decursul evoluției sale, mitologia l-a așezat pe INDRA printre zeii de

importanță secundară, al căror conducător el totuși rămâne. Conform epopeii **RAMAYANA**, el a fost învins în luptă de RAVANA, regele din LANKA, în propriul său paradis, apoi a fost făcut prizonier și adus în LANKA de fiul lui RAVANA, INDRAJIT. După mitologie, INDRA a fost tatăl lui ARJUNA. Influența lui INDRA s-a diminuat din ce în ce mai mult, pe măsură ce aceea a lui KRISHNA a crescut. INDRA mai este cunoscut de asemenea și sub numeroase alte nume.

ISHVARI = Numele feminității exaltate. Zeiță a Înțelepciunii sau DAKINI de culoare albă, asociată elementului spațiu și centrului universului. Fiind considerată ca net superioară, profund transfiguratoare și spirituală (pură, înălțătoare, divină).

IZVORUL DULCE = vezi Lichidul Fântânii de Jad.

JALANDHARA BANDHA = Postură YOGA în care gâtul este contractat și presat prin aplecarea capului în față, până când bărbia atinge pieptul. Ajută mult la retragerea simțurilor, stimulând glanda tiroidă și ajutând puterea de vizualizare.

JIVA = VIAȚĂ, ceea ce este VIU. Corespunde în mare cu ceea ce este numit în YOGA psihic sau, așa cum spune MAHABHARATA (XII.180.30), cu "focul mental". Acesta este de fapt eul individual și efemer (JIVATMAN), spre deosebire de Sinele Nemuritor, divin și transcendent (PARAMATMAN). LAGHU-YOGA-VASISHTHA (V.10.18) o numește mintea (CITTA) care nu cunoaște Realitatea ultimă (Divină) și care, prin urmare, este supusă suferinței. Conform școlilor vedantice, numeroasele euri individuale sunt de fapt un produs al iluziei. Multiplicitatea lor, ce provine din ignoranța spirituală (AVIDYA, AJNANA), nu permite cunoașterea adevărului ultim. După eliberarea spirituală, aparența diversității existenței se topește complet și atunci apare singur Sinele nemuritor, divin, transcendent (ATMAN).

Există o relație strânsă între JIVA și forța subtilă a vieții (PRANA) privită ca respirație (prin intermediul căreia pot fi captate suflurile vitale vehiculate de aer). Această relație a fost studiată cu multă atenție mai ales în HATHA-YOGA. Astfel, în GORAKSHA-PADDHATI (I.38) găsim următoarea SUTRA importantă: "La fel cum o minge lovită cu putere de un băț este instantaneu proiectată în sus, tot astfel (JIVA), de îndată ce este lovit de PRANA și APANA nu mai poate rămâne liniștit. Sub influența permanentă a lui PRANA și APANA psihicul se mișcă rapid când în sus, când în jos, când către calea din stânga (-), când către calea din dreapta (+) (sau, cu alte cuvinte, când prin IDA (-), când prin PINGALA (+) NADI) și, tocmai din cauza acestei mișcări continue, el (JIVA) nu poate fi văzut. La fel cum un șoim puternic, legat fiind cu o funie, poate fi oricând tras îndărăt cu funia și adus înapoi de îndată ce și-a luat zborul, tot astfel, la rândul său, psihicul legat prin intermediul calităților naturii (GUNA-elor) este tras când într-o parte când într-alta de PRANA și APANA.

El (JIVA) părăsește corpul fizic odată cu emisia sunetului HAM și intră îndărăt în corpul fizic odată cu emisia sunetului SA, ambele sunete subtile fiind în mod continuu emise (deoarece ele formează așa-zisa MANTRA nebănuită HAMSA)."

KAKI MUDRA = vezi Respirația răcoroasă.

KARMAPA = Ierarhul sectei KARGYUDPA.

KHECHARI = Literal, "Zburător în cer". O tehnică de YOGA în care limba este alungită și întoarsă înspre palat până când atinge deschizăturile nărilor din interiorul capului. Practica corectă a lui KHECHARI MUDRA îndepărtează foamea, setea, boala, bătrânețea și moartea.

KUNDALINI INVERSATĂ = Un termen tantric pentru practicile sexuale nefirești, degradante, degenerative și perverse. Se referă la orice practici sexuale care inversează sensul ascendent firesc al fluxului energiei sexuale, precum actul sexual anal.

KALACHAKRA = "Roata timpului". O formă mistică tantrică care simbolizează legătura tainică dintre realitățile interioară și exterioară și care se reflectă în special prin corelația dintre astrologie și fiziologie. Acest simbol mai indică, de asemenea, ciclurile schimbării atât în microcosmosul ființei, cât și în Macrocosmos. Numele unei YANTRA foarte importante, care se spune că provine din tărâmul magic al SHAMBALEI, fiind adusă de acolo de către maestrul Pito. KALACHAKRA este colorată în roșu, alb și albastru (deoarece prin aceste trei culori sunt simbolizate cele trei canale principale din Corpul Subtil). Ea este uneori prezentată într-o ipostază feminină

având 24 de brate și fiind în uniune sexuală extatică cu iubitul ei care are 8 brate.

KALI = forma feminină a cuvântului sanscrit "TIMP" (KALA). În VEDE, termenul KALI este asociat cu AGNI, forța masculină esențială a Focului cosmic subtil, care este înzestrat cu 7 limbi de flăcări într-o continuă mișcare. KALI fiind considerată una dintre acestea, cea mai teribilă și cea mai puternică. În decursul timpului, această semnificație a termenului s-a pierdut, KALI rămânând numai teribila contraparte feminină (SHAKTI) a Supremului Absolut Divin (SHIVA). Energia Esențială a Timpului Etern sau Marea Putere Cosmică a Timpului.

KALI YUGA = vezi YUGA.

KAMA/KAMADEVA = Zeul iubirii la hinduși, similar lui Cupidon. Fiul lui VISHNU și al lui LAKSHMI, despre el se spune că, invizibil fiind, este prezent oriunde are loc fuziunea amoroasă dintre doi iubiți. Veșnic tânăr și atrăgător, el reprezintă zeitatea care are putere deplină asupra minții și tot el este cel care eliberează omul de dorințe. RATI, soția lui, reprezintă încarnarea iubirii senzuale.

KAMESHVARI = Nume al lui SHAKTI, în special pentru a desemna rolul ei de iubită. KAMESHWARI întruchipează puterea principiului originar în Tantra. Ea este reprezentată ținând în mâini un lat (care simbolizează atașamentul sau puterea dorinței), un cârlig (semnificând cunoașterea sau intelectul perfect stăpânit), un arc din zahăr ars (mintea) și o săgeată (obiectele simțurilor). Luate împreună ca un simbol arcul și săgeata simbolizează atunci puterea de acțiune.

KAMINI = Încarnarea dorinței. Zeiță a dragostei sau orice femeie frumoasă, vitală și senzuală care iubește cu adevărat. Acest termen mai este folosit și în legătură cu senzualitatea și frumusețea transcendentă.

KANDA = Glandă sexuală la bărbați echivalentă cu prostata. Ea este localizată undeva deasupra LINGAM-ului și se află sub ombilic.

KAPALA RANDHRA DHAUTI = Literar, "purificarea cavității capului". Tehnică yoghină de masaj, care constă în frecarea zonei până la rădăcina nasului. Ajută la purificarea simțurilor, stimulează ficatul și conferă clarviziune.

KARGYUDPA = Una dintre înaltele grupări spirituale ale Lamaismului antic tibetan. Fondată de către marele yoghin eliberat MARPA. Traducătorul, în cel de al XI-lea secol. Aceste grupări amplifică importanța textelor tantrice, a transmiterii orale a învățăturilor secrete și a practicilor yoghine avansate. Urmașul și conducătorul direct al acestei grupări în zilele noastre este Karmapa Lama.

KARMA = 1) o acțiune fizică, psihică sau mentală oarecare, împreună cu consecințele sale; 2) consecința unei acțiuni de natură fizică sau subtilă (psihică, mentală); 3) suma tuturor consecințelor acțiunilor realizate în această viață sau într-o existență anterioară de o anumită persoană; 4) înlănțuirea cauzală (cauză - efect) a manifestării. KARMA unui om este forța activă sau potențială care îl orientează comportamentul, acțiunile și gândurile sale prezente și viitoare. Orice KARMA este sămânța (germenele) unei alte KARMA, iar fructele (rezultatele) acestora vor fi resimțite sub formă de succes, bucurie, ghinion sau suferință, în conformitate cu natura acelor acțiuni, intenții sau gânduri. Cu toată această condiționare KARMA-ică, omul are totuși libertatea să aleagă între tendințele naturii sale umane. Prin înlăturarea ignoranței și dăruirea totală a fructelor sau roadelor acțiunilor sale către Supremul Absolut (Dumnezeu), ființa umană se poate elibera fulgerător de legăturile KARMA-ei, atingând astfel Eliberarea spirituală și înțelepciunea.

KARMA MUDRA = Acea femeie yoghină care participă la jocurile amoroase transfiguratoare tantrice realizate cu continență. Tradiția ne vorbește despre cinci tipuri diferite de KARMA MUDRA, în conformitate cu caracteristicile ei fizice și psihologice. O KARMA MUDRA poate fi recunoscută cu ușurință întotdeauna prin faptul că ea este liberă de orice restricții sau bariere sociale privind comportamentul sexual.

KHAPUSHPA = "Mâncă de floare". Sângele menstrual.

KOHL = Emulsie pentru machiajul ochilor, care este neagră la culoare, în plus ea are un efect benefic asupra ochilor dacă este corect preparată.

KRISHNA = cel de al 8-lea AVATAR al lui VISHNU, care a trăit acum peste 2000 de ani. Este considerat o încarnare perfectă a iubirii Divine și din acest punct

de vedere la KRISHNA există multiple afinități cu Isus (există unii autori care fac chiar și o apropiere fonematică între KRISHNA și CRIST). KRISHNA este una dintre figurile cele mai importante din străvechea epopee indiană MAHABHARATA. El este cel care îi acordă cunoașterea spirituală și grația divină eroului luptător ARJUNA, în cel mai celebru "cântec" (GITA) al hinduismului (considerată pe drept cuvânt "Biblia" indienilor), BHAGAVAD GITA. Aici, ARJUNA i se adresează lui KRISHNA precum Conștiinței DIVINE Supreme, universale, principiul ABSOLUT preexistent tuturor zeilor, nenăscut, etern, omniprezent. În India, KRISHNA este una dintre cele mai populare și mai adorate imagini sau ipostaze (personificări) ale Divinului.

KRISHNA LILA = Dansul erotic circular a lui KRISHNA cu păstoritele GOPI care simbolizează transmutarea integrală a potențialului sexual și ascensiunea (sublimarea) energiilor subtile sexuale prin CHAKRA-ele structurii subtile a ființei umane. Totodată acesta este un termen utilizat pentru a descrie natura paradoxală a realității. Festival anual al hinduismului. Termen general ce desemnează focul erotic care rezultă prin transmutarea potențialului sexual (spre exemplu SPERMA) în energie.

KUMARI = Fata virgină.

KUMARI PUJA = Adorarea virginității. Procedeu tantric care constă în mângâierea, adorarea și onorarea unei fete virgine, care prin transfigurare este transformată într-o adevărată zeiță cu care ea este astfel pusă în inefabilă stare de REZONANȚĂ.

KUMBHAKA = Vas, termen utilizat în HATHA YOGA pentru a descrie metoda de reținere a respirației, prin asemănarea părții inferioare a abdomenului cu un vas.

KUNDALINI SHAKTI = "puterea creatoare, divină, extraordinară încolăcită ca un șarpe" (sau altfel spus repliată), prezentă într-o stare potențială în structura vitală și în corpul subtil al ființei umane. KUNDALINI mai este numită și KUNDALI, KUTILANGI, BHUJANGINI, ATMA SHAKTI, AVADHUTI etc. Această misterioasă forță subtilă psihospirituală este un concept fundamental, teoretic și practic, al tantrismului și al multor sisteme YOGA. În HATHA-YOGA PRADIPIKA (III, 1), KUNDALINI este înfățișată ca fiind suportul fundamental al tuturor tratatelor teoretice și practice de YOGA. Totuși, enigmaticul șarpe de energie, KUNDALINI, era menționat deja în RIG VEDA, sub numele de VAC VIRAJ (Strălucitorul Logos Creator), el fiind descris aici ca o "regină serpoaică" (SARPA RAJNI).

KUNDALINI este adeseori înfățișată stând într-o stare de potențialitate, strălucind precum milioane de sori, la nivelul celui mai de jos centru de forță (MULADHARA CHAKRA), în corpul subtil al ființei umane. Starea de potențialitate a lui KUNDALINI este exprimată prin imaginea sa de șarpe încolăcit de 3 ori și jumătate, la nivelul lui MULADHARA. Acest șarpe subtil ascuns (KUNDALINI) închide (atunci când este adormit) poarta eliberării, poartă care este de fapt deschiderea inferioară a canalului energetic subtil central (SUSHUMNA NADI). Astfel, în faimosul tratat YOGA GORAKSHA SAMHITA, se spune, referitor la acest aspect: "Teribila putere a șarpelui (KUNDALINI) zace încolăcită la baza coloanei vertebrale, în plan subtil (MULADHARA CHAKRA), fiind în strânsă legătură cu "bulbul" (KANDA sau focarul din care pleacă toate canalele energetice NADI), acoperind cu fața sa deschiderea porții către Absolut (BRAHMA DVARA sau deschiderea inferioară a lui SUSHUMNA NADI).

Prin această deschizătură poate fi atinsă calea cea îngustă și sigură care duce către Absolut (DUMNEZEU). Acoperind cu fața această poartă, Marea Putere (KUNDALINI) este adormită (se află într-o stare de potențialitate) la omul obișnuit.

Trezită datorită discernământului spiritual care se unește cu acțiunea binefăcătoare a minții (focalizarea creatoare, intensă și continuă a mentalului) și a suflului (controlul suflului vital), ea (KUNDALINI) se ridică gradat pe coloană (SUSHUMNA NADI) întocmai ca un fir dătător de PUTERE care intră prin urechile acului.

Dormind (aflându-se într-o stare de potențialitate) întocmai ca un șarpe încolăcit, asemănătoare cu o coardă strălucitoare, ea (KUNDALINI) atunci când este trezită prin focul (entuziasmul) practicii YOGA (concentrarea mentală și controlul suflului) începe să se ridice pe coloană (SUSHUMNA NADI), punând ființa umană în REZONANȚĂ cu anumite sfere subtile de forță.

KUNDALINI YOGA = Sistem YOGA care are în vedere trezirea și ascensiunea energiei KUNDALINI. Uneori acest sistem mai este denumit și LAYA YOGA.

KUNTU ZANGMO = În tibetană definește Mama Cosmică, arhetipul compasiunii feminine.

KUNTU ZANGPO = În tibetană, definește Tatăl Cosmic, suprem, arhetipul transcendenței masculine. Deseori el este reprezentat în uniune cu KUNTU ZANGMO (Mama Cosmică). Această formă iconografică este invocată ca un "strămoș" mistic binevoitor. În alte situații se meditează asupra ei ca fiind cuplul ideal. Picturile îi înfățișează în uniune sexuală transfiguratoare.

KURUKULLA = Formă tantrică a Marii Puteri Cosmice TARA în ipostaza în care ea este aceea care îi încântă pe oameni. Picturile o înfățișează atunci ținând în mâini un arc și o săgeată care sunt făcute din flori, simbol al puterii dragostei pline de compasiune.

LAM = Silabă sămânță tantrică sau MANTRA, asociată cu elementul pământ, simțul mirosului, forma pătrată și culoarea galbenă.

LAKSHMI = Contrapartea feminină sau Energia Divină a marelui zeu VISHNU, care are rolul de menținere a creației. LAKSHMI, care mai este cunoscută și sub numele de SHRI, reprezintă încarnarea și expresia fidelă a prosperității și șansei în viață.

LACUL ÎNFLORIT = Termen taoist pentru CHAKRA coronală a corpului subtil.

LIMBAJ OBSCUR = Termen tantric pentru limbajul secret al alegoriei și paradoxului, folosit pentru a transmite învățăturile ezoterice. Limbajul obscur trebuie înțeles pe trei nivele: literal, alegoric și mistic.

LAO TSÎ = Mare inițiat și eliberat spiritual din China antică (sec. VI î.Cr.), autorul celebrului tratat TAO TE KING.

LIMBAJUL AMURGULUI = Termen tantric folosit adeseori pentru a desemna limbajul secret sau alegoriile și paradoxurile care sunt folosite în anumite scrieri secrete pentru a oculta înțelesul esoteric al aspectelor prezentate. Acest tip de limbaj trebuie să fie înțeles din trei puncte de vedere: literar, alegoric și mistic.

LING = Termen chinezesc care desemnează transcendentalul. Acest cuvânt se referă totodată la un anumit tip de ciuperci care, se spune că ar conferi nemurirea; de asemenea, acest cuvânt desemnează organul sexual masculin. Este posibil ca acest cuvânt chinezesc să fi derivat din cuvântul sanskrit LINGAM.

LINGAM = În general, termenul LINGAM semnifică piatră ridicată, având o aparență și un simbolism falic. SHIVA, principiul masculin esențial, este cel mai adesea adorat sub această formă simbolică a transcendenței creatoare. În străvechile texte ale înțelepciunii SHIVA-PURANA și NANDI-UPA-PURANA, SHIVA afirmă: "Eu sunt omniprezent, însă prezența mea este deosebit de puternică în douăsprezece forme simbolice, situate în douăsprezece locuri sacre". Aceste 12 "forme simbolice" sunt 12 mari LINGAM-uri care, conform principiului corespondenței între microcosmos și Macrocosmos, au fost ridicate și figurate pe pământul Indiei în 12 temple celebre consacrate adorării lui SHIVA (Eternul Masculin) care reprezintă tot atâtea fațete sau forme (manifestări particulare). Acestea (LINGAM-urile) sunt venerate în templele dedicate lui: 1) SOMANATHA (Stăpânul energiei subtile misterioase sau nectarului esențial care hrănește și animă întregul Univers (MACROCOSMOS) SOMA), situat la GUJARAT; 2) MALLIKARJUNA (Muntele Energiei benefice prin excelență sau SHRI); 3) MAHAKALESHVARA (Stăpânul Marelui Timp) situat la UJJAIN; 4) OMKARA (SHIVA identificat cu sunetul subtil esențial sau cuvântul (Logosul) creator, PRANAVA AUM), la OMKARA-MANDHATTA, în apropiere de izvoarele de la NARMADA; 5) AMARESHVARA (Stăpânul care a transcens definitiv moartea sau Zeul zeilor), la UJJAIN; 6) VAIDYANATHA (Inspiratorul tuturor medicilor și vindecătorilor) la DEORGAH în Bengal; 7) RAMESHVARA (Stăpânul lui RAMA), situat în cel mai sudic punct al Indiei, chiar în dreptul insulei Ceylon. Acest LINGAM ar fi fost înălțat, după legendă, de însuși RAMA. Foarte bine păstrat și astăzi, acest templu este unul dintre cele mai mari și mai cunoscute din întreaga Indie; 8) BHIMASHANKARA (Salvatorul cel Teribil) la DRACHARAM; 9) VISHVESHVARA sau VISHVANATHA (Suveranul întregului Univers (MACROCOSMOS) manifestat) la Benares, numit de asemenea și

JYOTIR LINGA (falusul de lumină): 10) TRYAMBAKA (Cel care are 3 ochi), aproape de izvoarele râului GOMATI; 11) GAUTAMESHA (Stăpânul lui GAUTAMA sau BUDDHA) și 12) KEDARNATHA (Stăpânul suprem al spațiului dintre sprâncene KEDARA sau AJNA CHAKRA), pe înălțimile munților HIMALAYA, aici SHIVA fiind adorat sub forma unui uriaș bloc de stâncă.

LOCHANA = Nume care este conferit feminității expresive. Una din zeițele înțelepciunii sau altfel spus o DAKINI de culoare albastră; ea este asociată cu elementul apă și cu partea de la est a Universului (MACROCOSMOSULUI).

LOTUS (Floarea de Lotus) = Termen tantric pentru a desemna organul feminin sau YONI.

MADYA = În Tantra pură este folosit hidromelul sau mierea naturală amestecată cu apă și apoi lăsată să fermenteze; acesta este unul dintre ingredientele folosite în Procedeul Secret Tantric "PANCHATATTVA". Simbolizează elementul aer și permite să se realizeze purificarea tuturor simțurilor.

MAHABANDHA = Literar, "Marele Sigiliu". Tehnică yoghină, în care călcâiul piciorului stâng acoperă orificiul anal, în timp ce simultan mușchii anali sunt puternic contractați și menținuți astfel. Această tehnică HATHA-YOGA este foarte importantă pentru a dobândi un control deplin, eficient asupra energiilor subtile din sfera psihică.

MAHACHINA = Marele teritoriu al Chinei.

MAHAKALA = Literar, "Marele Timp": Stăpânul Mitic al Timpului. Protector tantric sau idealizare a compasiunii divine transcendente. El este considerat totodată ca fiind Gardianul sau păzitorul celor mai ascunse mistere. Unul din numele lui SHIVA.

MAHAYONI MUDRA = Gestul mistic al Zeiței Mame, efectuat cu mâna, în care degetele sunt într un asemenea mod întrepătrunse încât ele nasc în final o formă care este asemănătoare cu un YONI. Circuit energetic subtil.

MAITHUNA / MAITHUNA SADHANA = Unire transfiguratoare, nesfârșită sexuală realizată cu continență. Ceremoniala uniune arhetipală dintre SHIVA (Principiul Masculin) cu SHAKTI (Principiul Feminin). Procedeu tantric fundamental care este încărcat cu profunde simboluri și semnificații spirituale și care are drept scop trezirea și ridicarea lui KUNDALINI prin amplificarea la infinit a sentimentului de iubire dintre cei doi iubiți. În procedeul celor Cinci Elemente, MAITHUNA reprezintă elementul spațiu și corespunde controlului perfect și sublimării armonioase a energiei subtile sexuale. Practicată periodic și în mod corect, MAITHUNA conferă cuplului care este perfect continent mari puteri paranormale și chiar permite să fie atinsă Eliberarea Spirituală Finală.

MAMAKI = Nume care este conferit feminității exaltate. Una dintre Zeițele înțelepciunii sau cu alte cuvinte o DAKINI de culoare galbenă, care este asociată elementului pământ și părții de la sud a Universului.

MAMSA = În Tantra pură se utilizează ciupercile crude care atunci sunt unul dintre cele cinci ingrediente care sunt folosite în Procedeul celor Cinci Elemente. MAMSA pune în rezonanță pe iubiții care realizează acest procedeu, cu elementul subtil foc.

MANDALA = Cerc mistic: spațiu de forma unui cerc, care este utilizat în procedeele spirituale și rituale. MANDALA este totodată un simbol și o expresie a proceselor psihologice de dezvoltare și integrare. MANDALA mai este considerată și ca un desen gen COSMOGRAMĂ, care poate conferi protecție psihică.

MANTRA = Silabă (care poate forma chiar și o propoziție sau frază) cu valoare profund spirituală, formată din vocale și consoane și folosite pentru controlul eficient și focalizarea minții. MANTRA-ele pot fi folosite, de asemenea, pentru controlul și canalizarea eficientă a energiei sexuale.

MAREA AXĂ = "Canalul psihic" subtil, care pornește din regiunea perineului, până la fontanela din creștetul capului. Tantra afirmă că Marea Axă este cea care face legătura dintre individ și universul înconjurător.

MARJARIASANA = Postura pisicii. Postură HATHA YOGA simplă, care ajută la întărirea mușchilor spatelui și care îndepărtează letargia.

MATSYA = În Tantra pură se folosesc algele marine sau apa de mare. Acesta este unul dintre cele cinci ingrediente utilizate în Procedeul Secret al Celor Cinci Esențe. MATSYA reprezintă elementul subtil apă.

MATSYASANA = Postura peștelui. Postură HATHA YOGA simplă, ideală pentru relaxare și meditație yoghină profundă. Printre altele ea ajută la concentrarea minții și previne poluțiile nocturne.

MAYURASANA = Postura păunului. Postură YOGA dificilă, care tonifică întreaga arie abdominală, dinamizând focul digestiv și stimulând activitatea glandelor sexuale.

METALUL ALB = vezi Apele Florii Lunii/leac.

MIEN-LING = Termen chinezesc, care înseamnă "clopoțelul exersat": constă din două mici sfere din argint, una dintre ele conținând o anumită cantitate de mercur, iar cealaltă o limbă de metal care vibrează atunci când sfera este mișcată. Odată introduse în YONI, ele dau naștere, atunci când femeia se mișcă, unor senzații foarte plăcute. Aceste senzații sunt deosebit de excitante atunci când femeia se deplasează. În japoneză ele se numesc RI-NO-TAMA.

MITRA = Termen care înseamnă solidaritate și prietenie. Acesta este primul dintre principiile cosmice suverane și totodată el este unul dintre zeii preamăriți în VEDA-e. MITRA este cel care protejează codurile onoarei.

MULA BANDHA = vezi MAHABANDHA.

MULADHARA = CHAKRA bazală sau sacrală a corpului subtil, având zona de proiecție în corpul fizic între anus și sex, fiind vizualizată ca un lotus cu patru petale, orientat spre în jos.

MUDRA = literal "pecete", "semn": gest simbolic adecvat CARE GENEREAZĂ STAREA DE REZONANȚĂ. El este realizat cu anumite părți ale corpului (în special cu mâinile) sau prin anumite poziții corporale specifice, având ca scop punerea yoghinului în rezonanță cu anumite energii subtile din MACROCOSMOS sau integrarea sa instantanee în anumite sfere sau câmpuri benefice de forță specifice. MUDRA ele leagă astfel atitudinile fizice sau corporale de realitățile spirituale sublime. Ele servesc în YOGA drept suport pentru concentrarea gândirii asupra Absolutului (Dumnezeu). Întocmai cum în tradiția creștină regăsim, de exemplu, MUDRA unirii mâinilor în timpul unei rugăciuni pentru amplificarea efectelor spirituale ale acesteia, MUDRA-ele facilitează foarte mult realizarea anumitor stări interioare (APTITUDINI), anticipându-le printr-o anumită ATITUDINE corelată cu manifestarea lor fizică și astfel ele contribuie la stabilirea unei legături (REZONANTE) armonizatoare și integratoare între om și Univers (MACROCOSMOS). Efectul MUDRA-elor este foarte puternic dacă suntem suficient de atenți atunci când le efectuăm. În plus, în momentul execuției lor trebuie să cunoaștem cu anticipație semnificația și scopul respectivei MUDRA pe care urmează să o realizăm. Gestul realizat în cazul efectuării unei MUDRA generează o instantanee rezonanță cu anumite GESTURI FUNDAMENTALE CE EXISTĂ PERMANENT ÎN MACROCOSMOS. Dacă facem un gest adecvat (MUDRA) ceea ce este mereu în MACROCOSMOS se va manifesta fulgerător în noi (MICROCOSMOSUL ființei noastre).

MUNTELE SFÂNT MERU = Centrul mitic spiritual al Universului, în conformitate cu tradiția cosmologică hindusă și budistă. Sălașul lui SHIVA și al lui SHAKTI. Loc important de pelerinaj, identificat cu muntele Kailasa din vestul Tibetului. Una din numeroasele denumiri ale canalului central din Corpul Subtil (SUSHUMNA).

MUSGAMI = Dispozitiv oriental (chinezesc) care se folosește pentru controlul nașterii, și el este făcut din hârtie uleioasă. Este un fel de "bonetă" cervicală.

NABHO MUDRA = Tehnică HATHA yoghină în care limba este presată de bolta palatală, în spatele dinților din față, în timp ce respirația este oprită pe plin. Acest procedeu este adeseori combinat cu execuția lui JALANDHARA BANDHA, și ajută la intensificarea circulației energiilor subtile în ființa practicantului.

NADI = CANALE EXTREM DE FINE PRIN CARE CIRCULĂ ENERGIILE SUBTILE. Acestea sunt traseele sau conductele subtile invizibile prin care circulă energiile subtile: vitale, psihice și mentale. Pentru a realiza diverse acțiuni cu ajutorul corpului subtil bioenergetic, va trebui în prealabil să trezim și să purificăm cât mai bine canalele specifice prin care circulă energiile respective ce fac posibile aceste acțiuni.

Întocmai cum un halterofil, printr-un antrenament caracteristic, își dezvoltă

și își amplifică în special forța părții superioare a corpului, iar un călăreț iscusit insistă pe forța picioarelor, și noi, în practica specifică YOGA, ne vom activa mai ales canalele subtile energetice corespunzând tipului de activitate eterică, psihică sau mentală pe care urmărim să o realizăm cel mai adesea într-o anumită fază a evoluției noastre spirituale. Vasele sanguine și chiar traseele nervoase care alimentează organele fizice sunt permanent active la un om sănătos; în schimb, canalele subtile folosite pentru percepția eterică, psihică, mentală sau spirituală sunt în general în stare latentă și nu se activează decât prin reacția la o aspirație, nevoie sau dorință fermă imediată sau la un stimul conștient adecvat.

NAIRATMA = Una dintre zeițele DAKINI care reprezintă înțelepciunea cosmică divină, ea este încarnarea lipsei de ego. Iubita sau contrapartea feminină a lui HEVAJRA și numele secret al canalului subtil central (SUSHUMNA NADI (0)) din corpul subtil.

NAULI = Literar, "valul care se ridică". Tehnică yoghină în care mușchii abdominali sunt contractați într-un mod special pentru a transmuta energia sexuală spre zonele superioare ale corpului.

NAVA DURGA = Cele nouă zeițe care aparțin pantheonului hindus; ele sunt cel mai adesea asociate mitologiei și ritualurilor Zeiței Mamă. Numele lor sunt: MAHALAKSHMI, NANDA, KSEMANKARI, SHIVADUTI, MAHATUNDA, BHRAMARI, CHANDRAMANDALA, REVATI și HARSIDDHI. În timpul sărbătorii DURGA PUJA (care are loc în luna octombrie) aceste zeițe sunt invocate cu putere și apoi ele sunt adorate în mod corespunzător.

NECTARUL LOTUSULUI = Termen tantric care desemnează secrețiile dulci ale YONI-ului femeii în timpul actului amoros transfigurator nesfârșit realizat cu continență.

NUMĂRUL YANG = Numărul 81 (9 multiplicat de 9 ori). Număr care este considerat ca fiind magic în tradiția taoistă.

NYASA = "a așeza, a alege". În YOGA SUTRA, acest termen este folosit ca sinonim pentru SAMYAMA, reprezentând în acest cadru focalizarea fermă a atenției către punctul în care subiectul și obiectul cunoașterii fuzionează. În alte contexte, în special în tantrism, NYASA se referă la o varietate de acțiuni consacrate care vizează transformarea gradată a corpului yoghinului sau al iubitei lui într-un corp TRANSFIGURAT PRIN REZONANȚĂ al divinității alese pentru consacrare (ISHTA-DEVATA) sau într-un corp total consacrat ghidului spiritual (GURU). Această consacrare divină este în general realizată prin atingerea și energizarea anumitor părți ale corpului cu degetele mare, arătător și mijlociu ale mâinii drepte (sau, eventual, printr-un ușor masaj efectuat cu degetul mare al mâinii drepte, în sensul invers de rotație al acelor de ceasornic (sensul YANG (+)) la nivelul zonelor respective ale corpului), simultan cu emisia mentală (sau chiar LAYA YOGA de scurtă durată cu respectiva MANTRA emisă mental). Aceste procedee secrete complexe de NYASA sunt precedate de obicei de "purificarea elementelor subtile" (BHUTA-SHUDDHI)

PADMA = Lotus. Asociat centrilor subtili de forță din structura subtilă a corpului uman. Simbol al feminității și spiritualității. YONI (organul sexual feminin).

PADMASANA = Postura lotusului. Poziție confortabilă, echilibrantă, la sol, având picioarele încrucișate. Această postură este de mare ajutor în timpul meditațiilor. Una dintre cele mai importante ASANA-e.

PADMASHAMBHAVA = Literar, înseamnă "Cel creat prin sine însuși dintr-un lotus". Acesta este numele unui mare maestru tantric din secolul al VIII-lea, care a introdus budismul tantric în Tibet. El este fondatorul mișcării spirituale NYNGMAPA.

PADMINI = O anumită categorie cu totul excepțională de femei, la care se face referire în tratatele erotologice ale Indiei antice. Cunoscută ca fiind "femeia lotus", despre ea se spune că provine din țărâmul zeilor. Ea este iubita tantrică ideală.

PALATUL YIN-ului = Termen taoist care desemnează centrul sexual al unei femei, care se află în profunzimea pântecelui. Atunci când este în mod adecvat stimulat, acest centru dă naștere unor secreții sexuale abundente. Acesta este ceea ce unii sexologi numesc "PUNCTUL G".

PANDARA = Zeiță a înțelepciunii sau DAKINI de culoare roșie, care este asociată elementului foc și părții de la Vest a Universului.

PARVATI = "Fiica Muntelui", aici cuvântul "munte" desemnând precis Muntele simbolic MERU, Axul esențial al lumii (la nivel uman el este reprezentat de coloana vertebrală sau SUSHUMNA NADI în plan subtil, având baza în MULADHARA CHAKRA și vârful în SAHASRARA, reședința lui SHIVA. PARVATI este un alt nume atribuit energiei binefăcătoare, esențiale manifestatoare (SHAKTI (-)). Preaiubita lui SHIVA (+).

PASCHIMOTTANASANA = Poziție din HATHA YOGA care ajută la întinderea benefică a coloanei, la comprimarea abdomenului, care fortifică inima și organele interne. Cunoscută și sub numele de UGRASANA.

PING-I = Punct de acupunctură care este localizat la aproximativ 2 cm și jumătate, deasupra sânului drept al bărbatului. Dacă asupra lui se exercită la momentul oportun o anumită presiune, această apăsare fermă va ajuta foarte mult la controlul orgasmului cu ejaculare care se produce involuntar.

PINGALA NADI = unul dintre principalele canale subtile (NADI), conducând PRANA în toate părțile corpului. PINGALA NADI (+) este situat în dreapta canalului central (SUSHUMNA NADI) și se deschide în nara dreaptă; el este asociat cu Soarele (SURYA), aspectele masculine, active, dinamice (+) și este plin de energie arzătoare și căldură, activarea sa încălzind întregul corp. PINGALA NADI (+) este canalul subtil (NADI) polar opus lui IDA NADI (-) și corespunde la nivel fizic sistemului nervos simpatic.

PO = Termen chinezesc care desemnează Marele Suflet. În conformitate cu viziunea taoistă, PO se manifestă în momentul concepției care apare între cei doi iubiți, care vor deveni astfel părinții copilului. Despre el se spune că posedă nouă părți. PO este asociat cu forța YIN (-) sau forța Lunară feminină.

POARTA MISTERIOASĂ = Termen taoist, care desemnează centrul subtil sexual din corpul subtil al ființei umane. Se referă, de asemenea la YONI.

PESTERA TIGRULUI ALB = vezi "Vârful violet al ciupercii"

PROBLEMA LUNARĂ/FLUIDUL LUNAR = Termen chinezesc pentru menstruație. Vezi de asemenea zăpada roșie/șuvoiul roșu.

PERLELE ADUNATE = Termen taoist pentru acțiunea unui singur bărbat de a face dragoste cu mai multe femei, care își apropie mult YONI-urile pentru a permite, pe rând, penetrarea. Derivat din caracterul chinez "CHU-AN", care înseamnă "a aduna laolaltă".

PRANA = literal "respirație", "suflu vital". Energie subtilă macrocosmică care pătrunde, hrănește și conservă corpul manifestându-se cel mai clar în creaturi sub forma suflurilor subtile. PATANJALI vorbește despre PRANA în cursul celui de-al patrulea stadiu (PRANAYAMA) al sistemului YOGA. Totodată PRANA joacă un rol esențial atât în HATHA YOGA cât și în toate celelalte forme de YOGA. ATHARVA VEDA o personifică și îi dedică un imn. Hinduismul distinge 5 categorii diferite de PRANA:

1. APANA - care asigură eliminarea tuturor materiilor uzate și se manifestă în special în partea inferioară a corpului și care este controlată prin intermediul lui MULADHARA CHAKRA;

2. VYANA - care veghează asupra circulației limfei și care este controlată prin intermediul lui SWADHISTHANA CHAKRA;

3. SAMANA - care supraveghează procesul de absorbție și asimilare a hranei și menține echilibrul corpului, veghind asupra metabolismelor chimice legate de alimentație și care este controlată prin intermediul lui MANIPURA CHAKRA;

4. PRANA - esența suflului, forța vitală în sine - care este controlată prin intermediul lui ANAHATA CHAKRA;

5. UDANA - care acționează asupra părții superioare a organismului și facilitează dezvoltarea spirituală, creând o legătură între partea fizică și partea spirituală a ființei noastre și care este controlată prin intermediul lui VISHUDDHA CHAKRA.

PRANAYAMA = Știința despre PRANA. Tehnici de control al respirației utilizate de yoghini pentru a dobândi Eliberarea Supremă.

PRITHIVI = Pământul, în special în sensul de element subtil esențial (TATTVA

în scrierile vedice. PRITHIVI reprezintă mama tuturor ființelor, fiind invocată în același timp cu Cerul. Conform VEDELOR, există trei tipuri de PRITHIVI, cărora le corespund trei ceruri (planuri paralele). Pământul fizic este numit BHUMI sau BHURLOKA (lumea fizică)

RADHA = Succes, realizare; zeița care reprezintă energiile subtile ale vieții. Una din manifestările lui LAKSHMI, care este Zeița Prosperității; RADHA este principala consoartă a lui KRISHNA și, totodată, ea este Regina GOPI-urilor (păstoritelor).

RAJASIC = Constituientul menținător al Naturii. RAJAS înseamnă mobilitate, dinamicitate, acțiune, inducând sentimentul pasional. Se află în strânsă legătură cu puterea Voinței.

RASAYANA = Una dintre cele opt ramuri ale medicinei (AYURVEDA) tradiționale. Aceasta este de fapt o știință antică (AYURVEDA) a indienilor, care folosește metalele prețioase și nestematele pentru însănătoșirea celor bolnavi.

RATI = Iubita sau altfel spus contrapartea feminină a lui KAMA, Zeul iubirii. Ea întruchipează erotismul transfigurator, nesfârșit cu continență sub toate formele sale și reprezintă totodată puterea inițiatică a femeii în rolul ei activ. De asemenea, termenul mai înseamnă și joc amoros sau dorință senzuală.

RESPIRAȚIA ABDOMINALĂ = Tehnică HATHA YOGA secretă de respirație utilizată în practicile tantrice și taoiste pentru a trezi și amplifica virilitatea și energia vitală. Practicantul se așează atunci în poziția ghemuit (poziția foetusului), respirând doar în zona abdominală, focalizându-și în același timp ferm mintea pentru a vizualiza energia subtilă ce pătrunde în regiunea ombilicului.

RESPIRAȚIA CARE VINDECĂ = Tehnică HATHA YOGA de control și ritmare a suflului (PRANAYAMA) în care inspirația, reținția pe plin, expirația și reținția pe vid, sunt dozate în mod conștient după rate de timp 1:4:2:4. Această tehnică încetinește procesul respirator, relaxează corpul și vindecă în același timp aproape toate afecțiunile cu care acesta se confruntă.

RESPIRAȚIA RĂCORITOARE = Tehnică specială de control și ritmare a suflului (PRANAYAMA) în care aerul este atunci inspirat prin spațiul ca un jgheab, care este delimitat prin răsucirea limbii și scoaterea ei în afara gurii. Această tehnică de PRANAYAMA ajută considerabil la crearea unei senzații pregnante de răcoare la nivelul întregului corp, micșorează presiunea sanguină, iar ochii devin strălucitori. Ea are de asemenea efecte profund binefăcătoare asupra ficatului și a splinei. Este cunoscută și sub numele de Ciocul Corbului sau KAKI MUDRA.

RESPIRAȚIA SOLARĂ-LUNARĂ = Tehnică de respirație folosită în HATHA YOGA, prin care aerul este inspirat și apoi este expirat alternativ prin cele două nări, nara dreaptă (+) fiind asociată atunci energiilor Solare (+) (căldură și expansiune), iar nara stângă (-) energiilor Lunare (frig și contracție). Această tehnică de PRANAYAMA deosebit de importantă îl ajută mult pe yoghin să dobândească controlul perfect asupra proceselor normale involuntare ale corpului.

RESPIRAȚIA YOGHINĂ COMPLETĂ = Procedeu HATHA YOGA prin care se urmărește dezvoltarea capacității de control conștient a respirației, care atunci este separată în fazele de inspirație, reținerea suflului pe plin, expirație, reținerea suflului pe vid. Această tehnică reprezintă de fapt primul pas în utilizarea procedeelor HATHA YOGA de control și ritmare a suflurilor (PRANAYAMA) ca tehnică deosebit de eficientă pentru obținerea Eliberării Finale.

REȚEAUA CERULUI ȘI A PĂMÂNTULUI = Procedeu sexual taoist străvechi de identificare cu anumite energii vitale, în care cuplul realizează actul sexual nesfârșit, cu continență, în diferite poziții care caută să imite copulația la animale și la păsări, având credința fermă că acest mod de a proceda este de natură să ajute - datorită proceselor complexe de REZONANȚĂ care se declanșează atunci cu anumite energii subtile din Macrocosmos - la restaurarea ordinii și armoniei în Natură și să evite chiar calamitățile.

REGINA PARADISULUI VESTIC = O legendară regină chineză, care a atins nemurirea hrănindu-și esența YIN prin controlul CLIMAX-ului de fiecare dată când făcea dragoste cu bărbați tineri.

RAM = silabă sămânță tantrică sau MANTRA, asociată cu elementul foc, simțul vederii, forma triunghiulară și culoarea roșie.

RI-NO TAMA = Vezi MIEN-LING.

RITUALUL SECRET AL CELOR CINCI ELEMENTE = Procedeu sexual tantric, secret, în care cele cinci ingrediente (semințele de cereale (grâu), algele marine sau apa de mare, ciupercile crude, hidromelul și actul amoros transfigurator realizat cu continență) prefigurează și simbolizează starea de REZONANȚĂ la dimensiunea Macrocosmică cu cele cinci elemente din creație (pământul, apa, focul, aerul și eterul). Acest procedeu complex este unul dintre principalele mijloace în care se realizează actul amoros transfigurator, nesfârșit, cu continență, pentru atingerea unor mari puteri paranormale și a Eliberării Finale.

RUDRA = literal "Teribilul", "Cel care urlă". În VEDE, RUDRA SHIVA are numeroase nume și atribute: el este PUTEREA DIVINĂ MASCULINĂ teribilă care, manifestându-se impetuos și în forță în anumite situații, urlă atunci când se luptă cu cei răi, fiind Forța care se manifestă ca un tunet atunci când guvernează furtunile. Uneori acest aspect al lui SHIVA (RUDRA) este identificat chiar cu forța purificatoare a focului care se află în legătură cu aspectul distrugător a tot ceea ce ajunge să devină RĂU și pervers în manifestare. Prin urmare, aspectul RUDRA al lui SHIVA este divinitatea anihilatoare a tot ceea ce este limitat, negativ sau RĂU și EGOIST în manifestare și care aduce boală printre oamenii răi și anumite animale. Pentru cei buni și virtuoși, RUDRA este o divinitate binefăcătoare care ajută pe cel năpăstuit și vindecă în mod miraculos pe bolnavii care îl invocă plini de aspirație către DUMNEZEU. În YAJUR VEDA, RUDRA SHIVA este supranumit MAHA DEVA. El este totodată tatăl RUDRA-șilor sau al MARUTILOR.

RUDRANI = Regina RUDRA-șilor. Numele unei forme aparținând consoartei lui SHIVA.

SA-HAM / SO HAM = Literar, "Eu sunt Ea", "Eu sunt El". Sunetul natural care ia naștere în timpul procesului de respirație și respectiv la inspirație (vezi HAMSA).

SADHANA = Antrenament realizat constant sau modalități și exerciții permițând stăpânirea unei căi sau a unei etape în YOGA. Realizarea unei SADHANA se descompune totdeauna în trei părți: o pregătire, o parte principală sau realizarea și o parte finală, în care se conștientizează efectele.

SADHU = Înțelept și om sfânt, ascet yoghin.

SAKHI = Prietenă; însoțitoarea unei femei.

SALAMBA SARVANGASANA = Standul pe umeri. Una dintre cele mai simple și totodată eficiente ASANA-e în YOGA care face să beneficieze întregul sistem glandular, vitalizând corpul în ansamblu. Postură inversă.

SAMADHI = literal: a fixa, a atașa în extaz DIVIN. În hinduism: stare beatifică de conștiință superioară celei de veghe, de vis și de somn profund care este caracterizată de încetarea completă a oricăror gânduri. În starea de SAMADHI se produce o fuziune totală a celui ce meditează și a obiectului de meditație (Dumnezeu sau Absolutul, dacă acesta este obiectul meditației). Există diferite forme sau stadii de SAMADHI. Cel mai elevat se numește NIRVIKALPA SAMADHI. În budismul Zen: starea extatică de SAMADHI rezultă prin concentrarea intensă a minții asupra unei realități supreme (DIVINE). Această concentrare extraordinară se obține printr-o diminuare progresivă a activității minții. SAMADHI este starea supremă de conștiință în întregime nondualistă caracterizată, printre altele, prin unirea dintre "subiectul" și "obiectul" experienței: conținutul profund extatic al experienței este singurul care există. Această stare beatifică, divină de conștiință este adesea calificată de yoghini drept "focalizarea unică și extatică a minții", expresie care, la prima vedere, poate să ne inducă în eroare căci ea ne lasă să presupunem că această concentrare ar fi orientată voluntar, egotic, către un punct precis. Cu toate acestea, starea de SAMADHI nu este numai o concentrare intensă asupra unui punct, iar mintea nu este orientată de la un aici (subiect) către un acolo (obiect), ca într-o simplistă schemă dualistă. A fi capabil de a intra spontan, cât mai des în starea de SAMADHI este o condiție indispensabilă oricărei meditații yoghine (DHYANA) profunde care este cu adevărat perfect realizată. Distingem, în general, în tradiția Orientală trei feluri de SAMADHI

supranaturale, perfecte (LOKOTTARA) care au ca scop respectiv vacuitatea beatifică (SHUNYATA), absența deplină a tuturor caracteristicilor (ANIMITTA) și dispariția completă a dorințelor pentru obiecte care face cu putință accesul la Extazul Dumnezeiesc complet Eliberator. Celelalte forme de SAMADHI sunt considerate ca fiind mai mult sau mai puțin înalte, chiar și atunci când ele sunt însoțite de cea mai profundă meditație extatică sau de uluitoare puteri paranormale (SIDDHI-uri).

SAMANA = care supraveghează procesul de absorbție și asimilare a hranei și menține echilibrul corpului veghind asupra metabolismelor chimice legate de alimentație și care este controlată prin intermediul lui MANIPURA CHAKRA.

SĂMÂNȚA PRIMORDIALĂ = Termen taoist care se referă la constituenții fizici și subtili ai sămânței virile (spermei) din bărbat, care este alcătuită din elemente ce sunt prezente în fiecare parte a corpului.

SARASWATI = Contrapartea feminină sau iubită a energiei divine creatoare, care este BRAHMA. SARASWATI este inspiratoarea și ghida celor 64 de Arte, ea fiind totodată și Zeița Înțelepciunii și a Cunoașterii. Simbolul ei este instrumentul muzical hindus RUDRA-VINA, care are 7 corzi. Desemnează în același timp și numele secret al canalului energetic subtil central (SUSHUMNA NADI) din ființa umană.

SATI = Una dintre formele Zeiței care este asociată credinței și fidelității. Fiica lui DAKSA (care semnifică îndemânarea în săptuirea unui ritual), care este unul dintre cei șapte înțelepți originari care au fost creați de BRAHMA. Locurile de pelerinaj ale adepților Zeiței Mame sunt adeseori asociate cu diferite părți ale trupului lui SATI. Sacrificiu.

SATTVIC = Constituentul creator și luminos din Natură. SATTVA înseamnă claritate, natura superioară a minții. Ceea ce îl conduce pe om către unirea supremă cu Divinul.

SHAKTI-BINDU = Punctul central dintr-o diagramă geometrică mistică care intermediază anumite procese de REZONANȚĂ (YANTRA sau MANDALA), care este de obicei colorat în roșu sau în negru. Reprezintă în realitate sămânța, punctul de energie subtilă focalizată, este totodată simbolul comuniunii dintre spermatozoid și ovul.

SHANKINI NADI = Canal energetic subtil (NADI) care face legătura în anatomia subtilă între clitorisul unei femei și buza ei superioară împreună cu regiunea bolții palatale. Cunoscut de către cei inițiați și ca cea de "a zecea poartă" a corpului, el reprezintă unul dintre cele mai importante secrete sexuale care trebuie să fie conștientizate atât de către femeie cât și de către bărbat în timpul jocului amoros transfigurator, nesfârșit, realizat cu continență.

SHANKINI = Una dintre categoriile de femei la care se face referire în vechile tratate ale iubirii din India. Ea provine din lumea umană.

SHAVASANA = Postura cadavrului. Una dintre cele mai simple posturi YOGA, constând din a rămâne la sol, întins pe spate, și relaxând cât mai bine fiecare parte a corpului.

SHIATSU = Terapie japoneză care implică masajul efectuat prin presiunea care atunci este exercitată cu îndemânare de către degetele de la mâini ale operatorului.

SHILAJEET = Conglomerat mineral natural, care reprezintă nu numai un tonic ci și un afrodisiac foarte puternic. Conține mai multe minerale, care includ chiar și săruri de aur.

SHIVA LINGAM = LINGAM-ul lui SHIVA. Organul sexual aflat mereu în erecție, deseori idealizat în sculpturi în piatră. Vezi LINGAM.

SHIRSHASANA = Standul pe cap. Una dintre cele mai importante ASANA-e în YOGA. Postură inversă care crește cantitatea de sânge ce alimentează glandele situate în partea superioară a corpului, prevenind îmbătrânirea, pierderea memoriei și senilitatea.

SHIVA = Literal, "cel Bun, cel Blând". Al treilea zeu esențial din trinitatea hindusă (TRIMURTI) ce îi cuprinde pe BRAHMA, VISHNU și SHIVA. SHIVA este zeul distrugerii celor răi și ignoranți și dizolutici a ceea ce este impur. El poate fi de asemenea o forță infinită, binefăcătoare, în măsura în care îndepărtează adeseori

fulgerător AVIDYA sau ignoranța înlănțuitoare. Simbolul său este LINGAM ul sau organul masculin creator ce reprezintă VIRILITATEA, aspectul solar, activ, YANG (+). SHIVA este deseori reprezentat în fuziune intimă, amoroasă, infinită cu iubita sa SHAKTI, care este aspectul feminin, al cărei simbol fundamental este YONI sau organul feminin, sexual, ce reprezintă aspectul YIN, energia naturii, etc.

Numele lui SHIVA nu apare în VEDE. Există o divinitate care poartă numele RUDRA SHIVA și, pornind de la aceasta, s-a născut SHIVA cu manifestările sau aspectele sale specifice, numit RUDRA. În RIGVEDA termenul RUDRA este uneori folosit în sensul de AGNI, foc subtil și fii săi sunt MARUTII. În RAMAYANA, SHIVA apare ca un mare zeu atotputernic și are sensul divinității supreme. În MAHABHARATA, cel mai mare dintre cei trei zei este când VISHNU, când SHIVA, care redevine chiar maestrul și creatorul lui BRAHMA și al lui VISHNU, venerat de toți zeii în calitatea sa esențială de distrugător al tuturor zeilor și stăpân ghid inspirator și protector al tuturor yoghinilor.

Pentru adepții care adoră frenetic în el "idealul lor ales" (ISHTA-DEVATA), el este divinitatea supremă totală, Realitatea Ultimă, Asociat formelor sale feminine, manifestatoare, dinamice, cunoscute sub numele de SHAKTI, PARVATI, KALI sau DURGA, el încarnează Absolutul Transcendent. Fiecare din aceste Mari Puteri Cosmice sau anumite divinități feminine este adeseori considerată a fi contrapartea feminină (SHAKTI) sau soția lui SHIVA și uneori iconografia hindusă îl reprezintă în intimă fuziune sexuală infinită, datorită controlului perfect al energiei sexuale, cu încarnările sau aspectele acestor forțe "feminine" imense. SHIVA poartă numeroase alte nume în funcție de predominanța anumitor aspecte ale sale, cum ar fi: SHAMBU, SHANKARA, ISHANA, VISHVANATHA, KEDARNATH sau NATARAJA: acesta din urmă este reprezentat în arta hindusă ca SHIVA-NATARAJA, SHIVA cel transcendent. Stăpân suprem al Universului, tronând pe NANDI, taurul simbolic al DHARMA-ei și venerat ca GURU Suprem al tuturor GURU-șilor, distrugătorul suferinței, distrugătorul celor răi cât și a întregii materialități, datorită grației sale fulgerătoare, cel ce dăruiește înțelepciune, încarnarea renunțării dătătoare de eliberare, a compasiunii transcendente, a puterii masculine arhetipale și a virilității esențiale.

SHITALI = vezi Respiratia răcoroasă.

SHUDRA = Castă socială inferioară în India: oameni simpli. Un tip de KARMA MUDRA.

SIDDHA = Ființă perfectă. Clarvăzător, sfânt sau mare yoghin care a dobândit supremația atât asupra realității interioare, cât și a celei exterioare lui.

SIDDHI = putere fizică, psihică, mentală și spirituală cu totul extraordinară sau așa-zis paranormală, care apare ca un corolar al evoluției spirituale a yoghinului perseverent pe măsură ce în ființa lăuntrică a aspirantului se trezesc din starea de potențialitate și se amplifică gradat anumite rezonanțe inefabile cu forțe cosmice, subtile, secrete, care realizează efectiv sau actualizează conexiunile și corespondențele analogice, subtile și profunde dintre om (considerat drept un MICROCOSMOS) și Univers (MACROCOSMOS). Practica tehnicilor și procedeelor secrete YOGA: MANTRA, KUNDALINI, LAYA, TANTRA conduce gradat la realizarea unor asemenea puteri yoghine (de exemplu: clarviziune, premoniție, dedublare astrală, telepatie, levitație, capacitatea de a materializa sau dematerializa obiecte, transferul conștiinței, mersul pe apă, vitalitate uluitoare etc.

În general, Ghidul Spiritual (GURU) pune adeseori aspirantul în gardă împotriva căutării egoiste a oricăror SIDDHI-uri, deoarece, pentru cel vanitos și mărginit, ele nu contribuie la realizarea Adevărului Ultim, ci fac parte tot din lumea fenomenală, oricât de "supranaturale" ar putea părea la o privire superficială; atașamentul față de aceste puteri uimitoare sau orgoliul pe care îl amplifică constituie, nu o dată, un puternic obstacol pe calea desăvârșirii spirituale și a eliberării ultime. Pe de altă parte însă, acele SIDDHI-uri superioare, spirituale apar adeseori SPONTAN ca de la sine chiar fără a fi urmărite DELOC de aspirant, numai prin unele practici profund spirituale.

SILABA-SĂMÂNȚĂ = Literă sau litere din alfabetul sanscrit care reprezintă una din vibrațiile energiei subtile primordiale ale lumii fenomenale. Aceste silabe

sămânță reprezintă de fapt componentele esențiale ale tuturor MANTRA-elor.

SIMHASANA = Postura leului. Poziție YOGA simplă, care este foarte eficientă în stimularea aspectelor psihice.

SITKARA = Tehnică de PRANAYAMA, în care aerul este inspirat printre dinții întredeschiși, ceea ce produce atunci un sunet specific care este perceput ca o șuierătură. Aceasta este un tip de respirație regeneratoare.

SITKRITI = Sunete spontane care apar în timpul jocului amoros și care sunt produse prin inspirația aerului printre dinți. În tratatele hinduse despre arta amorului ele sunt menționate ca fiind niște prerogative și privilegii ale unei femei foarte senzuale și pline de pasiune.

SOMA = Băutură divină: purificatoare, regenerantă, extaziantă preparată din mai multe plante secrete călătoare, care este dăruită ca ofrandă lui Dumnezeu și pe care marii inițiați brahmani și yoghini avansați o beau. Această băutură iluminatoare joacă un rol important în RIG VEDA. Considerată a fi capabilă să confere multe puteri supranaturale, SOMA era și este venerată deoarece pune ființa în legătură cu anumite energii subtile, benefice, înalte din MACROCOSMOS. Hindușii o numeau, de asemenea, "vinul nemuririi" (AMRITA). SOMA este simbolul transformării prin transmutare și sublimare a bucuriilor obișnuite și de tot felul care aparțin simțurilor, în extatica și plenara fericire divină (ANANDA). Continența amoroasă perfect realizată într-un cuplu dăruit și iubitor face cu ușurință posibilă această asimilare a lui SOMA în AURA celor doi iubiți. Preoții Orientului o produceau presând între pietre vlăstare ale plantei secrete cunoscute în India sub numele de SOMA (AMSHU). Sucul natural astfel obținut este filtrat, apoi este amestecat cu suc de orz și cu lapte proaspăt, fiind băut după ce a fost consacrat cu fervoare lui DUMNEZEU. El este dulce, cafeniu la culoare și produce o stare extraordinară de extaz care durează minim 7 zile.

SPLENIC (CHAKRA) = Centrul de forță plasat deasupra organelor sexuale, vizualizat ca un lotus cu șase petale, întors spre în jos, SWADHISTHANA CHAKRA.

SRI YANTRA = Diagramă geometrică mistică care atunci când este focalizată vizual lăuntric facilitează anumite procese benefice de REZONANȚĂ (YANTRA). Ea este alcătuită din cinci triunghiuri cu vârful în sus și din patru triunghiuri cu vârful în jos, care sunt întrepătrunse astfel încât să ia naștere alte 43 de triunghiuri mai mici. Această reprezentare grafică permite să se intre în legătură cu sfera gigantică de forță a Marii Puteri Cosmice TRIPURA SUNDARI și ea simbolizează unitatea divină dintre SHIVA și SHAKTI. Cuvântul "SRI" înseamnă aici frumusețe, acest cuvânt fiind și unul dintre numele lui LAKSHMI, arhetipul feminin al prosperității și bunăstării.

SU-NU = "Fata cea Sinceră". Inițiatoare în artele sexualității secrete transfiguratoare nesfârșite realizate cu continență. Ei i se atribuie cele câteva cărți cu o mare autoritate în domeniul sexual, cât și unele tratate despre muzică. Ea este considerată ca fiind una dintre cele trei inițiatoare în marile secrete sexuale ale miticului Împărat Galben.

SHAKTI = Energia activă, creatoare a feminității. Forța creatoare feminină. Puterea Tantra-ei.

SASE CENTURI = Obiecte ceremoniale taoiste, asociate cu ritualul concret al căsătoriei. Mătăsuri colorate folosite pentru învesmântarea iubiților.

SUBLIMAREA = În lumina experienței milenare a Orientului cu privire la eros și sexualitate, prin controlul conștient al funcțiilor sexuale în ființa umană se declanșează reacții de transmutație biologică care fac să apară gradat o energie lăuntrică biomagnetică uriașă. Procesul ulterior de deplasare interioară și modificare a acestor energii rezultante, din punctul de vedere al frecvenței lor caracteristice, pe măsură ce străbat nivelele ființei, provocând la fiecare asemenea nivel efecte specifice pregnant conștientizabile și remanente în timp, este definit în YOGA drept sublimare.

SUNET SĂMÂNȚĂ = Sunet primordial sau MANTRA. Vezi silabă-sămânță.

SURYA = un alt nume al lui SAVITRI. Soarele, împreună cu energiile sale benefice, subtile, extraordinare este considerat a fi de fapt zeul solar. SURYA face parte în această ipostază dintre principalele divinități vedice; el este venerat ca sursă a căldurii, a energiei YANG (+), a dinamismului și a luminii. Textele consacrate lui SURYA sunt mai mult poetice și încifrate (absconse) decât precise. Soarele considerat

drept ZEU DIVIN este uneori identificat cu SAVITRI, alteori identificat cu ADITYA. Există diferite temple în cinstea sa pe întreg cuprinsul Indiei. Cel mai celebru se găsește la KONARAK, aproape de PURI.

SUSHUMNA = Canalul principal central din Corpul Subtil. Cunoscut, de asemenea, și drept Calea lui BRAHMA. Drumul Evoluției Spirituale, acest canal subtil de forță, extrem de important, conectează realitatea duală cu cea unică, supremă. SUSHUMNA însăși conține trei alte canale din ce în ce mai subtile, ale căror nume sunt VAJRINI, CITRINI și BRAHMA NADI.

SWASTI = Expresie tantrică plină de forță subtilă care, literar, înseamnă: "este bine" sau "fie ca totul să se petreacă sub auspicii favorabile". Este totodată un simbol al svasticii solare.

TANTRA - Cale sau sistem spiritual care consideră la fel de importante aspectele "interioare" și "exterioare". Derivat din cuvinte rădăcină care înseamnă a expansiona, a țese "urzeala" conștiinței. Tantra implică o continuitate, dincolo de aspectul fizic. Scrierile tantrice au fost elaborate în India și s-au răspândit în Nepal, Tibet, China, Japonia, Thailanda și Indonezia. Aceste învățături sunt considerate extrem de relevante, mai ales în această epocă de materialism și narcisism, pentru că toate activitățile umane pot fi folosite ca instrumente pe calea tantrică spre eliberare. Tantra-ele sunt texte care expun practicile tantrice.

TAI-CHI = Sistem antic chinezesc, bazat pe curgerea naturală a energiilor subtile în corp și pe declanșarea unor procese benefice de rezonanță cu energii subtile vitale din MACROCOSMOS. Mișcările care se realizează în TAI CHI sunt pline de grație și, adeseori, ele imită atitudini și ipostaze ale unor animale și păsări.

TAMASIC = Constituent distructiv în Natură. TAMAS înseamnă inerție, ignoranță, epuizare fizică, "ceea ce obstrucționează percepția". La cel mai înalt nivel, însă, TAMAS înseamnă transcendental.

TAO = Filozofia antică chineză care privește Natura și Spiritul ca fiind permanent interdependente și susținându-se reciproc. TAO reprezintă "calea". Adevărul Suprem Macrocosmic, care începe să fie perceput progresiv pe măsură ce este parcurs atent și sistematic drumul spiritual care este jalonat de aceste învățături. Două sunt tratatele cele mai importante care au fost scrise pe această temă: "TAO TE KING" de LAO TSÎ și "CARTEA LUI CHANG TZU".

TARA = În traducere literală în limba română, cuvântul sanscrit TARA înseamnă "CEA CARE SALVEAZĂ". TARA este SHAKTI a lui AVALOKITESHVARA și adeseori se susține că din lacrimile sale de compasiune s-au născut BODHISATTVA ști.

TIKA = Semn simbolic care este aplicat pe frunte pentru a arăta astfel celorlalți oameni aderarea la o anumită idee sau la un înalt ideal spiritual. Realizarea lui este parte din ritualul hindus zilnic.

TRANSMUTATIE = transformare sau schimbare însoțită de o declanșare uriașă de energie a unui element chimic în altul printr-o nouă grupare a elementelor constitutive în atomi, obținută prin dezintegrarea radioactivă naturală sau prin reacții naturale posibile în anumite condiții chiar și în sfera biologicului la temperaturi slabe.

TRATAKA = Una dintre cele 6 SHATKARMA-uri care urmărește, printre altele, amplificarea și întărirea puterii de concentrare mentală, simultan cu îmbunătățirea vederii, prin fixarea neîntreruptă a privirii asupra unui punct colorat sau o YANTRA. Practica consecventă a tehnicii de TRATAKA face să devină fermă concentrarea mentală, trezește clarviziunea și totodată ne permite să citim cu ușurință gândurile sau intențiile cele mai ascunse ale ființelor umane cu care venim în contact.

TS'AI-NU = "Fata cea aleasă". Inițiatoare în artele taoiste ale sexualității transfiguratoare, nesfârșite, realizate cu continență; ea reprezintă calitatea narcisistă a Naturii. Ea este una dintre cele trei inițiatoare în marile secretele sexuale ale miticului Împărat Galben.

UDANA = vezi PRANA.

UDDIYANA BANDHA = Tehnică yoghină foarte puternică care ajută la transmutarea energiei sexuale. Numită astfel după regiunea cu același nume din Orissa (India de Est), ea poate fi practicată atât de femei, cât și de bărbați, și constă în contracția mușchilor abdominali, creând astfel o depresiune (vid) abdominală

având efecte profunde fizice și subtile.

UNIREA AMOROASĂ SECRETĂ = Termen taoist care se referă la jocul amoros transfigurator, nesfârșit, realizat NUMAI cu continență dintre un singur bărbat vital, foarte viril și perfect continent și mai multe femei care la rândul lor practică toate continența. Se crede că, astfel, prin repetarea mai multor jocuri amoroase de acest gen DAR CARE VOR FI ÎNTOTDEAUNA REALIZATE NUMAI CU CONTINENȚĂ, sunt dobândite, de către toate ființele umane care participă la asemenea jocuri cu o mare aspirație și frenezie mari puteri paranormale (SIDDHI uri).

USHAS = Zeița Zorilor, soția lui AGNI - Zeul Focului. USHAS este reprezentată ca o femeie tânără, dezinhibată și foarte frumoasă, care își expune cu încântare sânii pentru a-i fi admirați de către bărbați. Se spune că ea - prin spontaneitea și săgălnicia sa - este "cea care trezește din lungul somn al nopții toate ființele" care sunt închistate și pline de inhibiții sau prejudecăți prostești.

USHTRASANA = Postura cămilei. Poziție HATHA yoghină simplă care întărește considerabil mușchii spatelui și ai mâinilor, stimulând totodată în mod armonios sistemul glandular.

VAJRAVARAHI = Zeiță tantrică, păzitoare a marilor secrete sexuale. Reprezentată uneori cu cap de porc, ea este totodată identificată cu canalul secret de forță (SUSHUMNA NADI), cu puterea transcendentă a menstruației suspendate care este integral transmutată biologic într-o uriașă rezervă de energie și cu abandonul sexual frenetic care face să fie transcens atunci în mod fulgerător EGO-ul. Ea este Marea Inițiatoare în secretele tantrismului.

VAJRINI = Unul din canalele de forță, foarte subtile, din interiorul lui SUSHUMNA.

VAJROLI MUDRA = Tehnică tantrică avansată, care constă în absorbția unor lichide diferite (apă, lapte sau secreții sexuale) pe canalul penisului, utilizând un anumit gen de contracții specifice (se practică cu ușurință realizând simultan și UDDIYANA BANDHA).

VÂRFUL CIUPERCII PURPURII = Termen care aparține tradiției taoiste, care desemnează organul sexual feminin, YONI. Acesta mai este uneori denumit și Peștera Albă a Tigrului sau Poarta Misterioasă.

VÂRFUL LOTUSULUI ROȘU = Termen taoist utilizat ca referire la gura senzuală și foarte frumoasă a femeii. Altă denumire cunoscută care se folosește pentru aceasta mai este Fântâna de Jad; în timpul jocului amoros, ea secretă o salivă dulce cu efecte profund invigoratoare pe care iubitul ei trebuie să o savureze cu încântare în timp ce o sărută și îi explorează gura cu limba.

VASISHTA = Numele unui mare înțelept brahman care a practicat tantrismul, atingând astfel Eliberarea Supremă.

VAM = Silabă sămânță tantrică sau MANTRA asociată cu elementul apă, simțul gustului, forma de semilună și culoarea alb-argintiu.

VEDA = Scrierile hinduse sacre ale tradiției brahmanice. Există patru Vede principale, cunoscute ca RIG, YAJUR, SAMA și ATHARVA. Există o tradiție referitoare la o a cincea Veda, pierdută.

VÂRFUL VIOLET AL CIUPERCII = Termen taoist pentru YONI. Numit de asemenea Peștera Tigrului Alb sau Poarta Misterioasă.

VINA = Instrument tradițional muzical indian, cu șapte corzi, care are două cutii de rezonanță, de formă sferică, câte una la fiecare capăt al grifului. Simbolizând jocul simțurilor pe cele șapte planuri fundamentale ale manifestării, VINA este adeseori asociată lui SARASWATI, care este iubita și totodată contrapartea feminină a lui BRAHMA.

VIPARITAKARANI = Literar: "sistem inversat". Termen yoghin folosit pentru a desemna pozițiile inverse din HATHA YOGA, precum și punctul de vedere filozofic și practic al sistemului tantric, care are drept scop să inverseze curgerea energiilor subtile ascendente și descendente în corp. Despre VIPARITAKARANI se spune că este cea mai bună metodă de a învinge bătrânețea și destinul nefast.

VIRASANA = Postura eroului. Ea este o asana confortabilă, care întărește și fortifică organismul; ideală pentru meditație sau pentru pregătirea actului amoros tantric.

VISHNU = Una dintre principalele divinități esențiale ale hinduismului. În RIG VEDA el apare ca un zeu solar, supranumit "CEL CARE ACȚIONEAZĂ" (VISH - a actiona) deși el nu și-a manifestat acțiunea sa decât prin celebrii săi "TREI PAȘI" ce i-au permis să măsoare fulgerător universul. Acești TREI PAȘI sunt considerați adeseori a reprezenta răsăritul, apogeul și asfințitul soarelui Zenitul "pasul suprem al lui VISHNU", desemnează tărâmul subtil, secret al preafericiților. Rareori evocat în RIG VEDA, VISHNU capătă din ce în ce mai multă importanță de-a lungul timpului.

Precum SHAKTI, VISHNU - la rândul său - poartă "o mie de nume" care reprezintă tot atâtea aspecte sau fațete ale sale și repetarea lor zilnică de către cei care îl adoră, reprezintă o dovadă a credinței și a fervorii lor. Adorarea lui VISHNU revelează un aspect vesel, dătător de fericire. Zeul VISHNU are ca SHAKTI pe LAKSHMI; cerul său sau sfera sa (lumea) subtilă este numită VAIKUNTHA; animalul său suport este pasărea GARUDA. Postura GARUDASANA ne pune în rezonanță telepatică cu sfera de forță a lui VISHNU. VISHNU este reprezentat uneori ca un tânăr foarte frumos cu patru brațe (multiplicitatea brațelor este întotdeauna un semn al divinității care arată că ele pot realiza mai multe lucruri în același timp). În prima mână el ține o scoică, în a doua un arc, în a treia o măciucă și în a patra o floare superbă de lotus. Fluviul GANGE izvorăște, se spune, din picioarele sale. Arcul său se numește SHARGNA, sabia sa, MANDAKA. El este așezat pe o frunză gigantică de lotus, contrapartea sa feminină (SHAKTI), LAKSHMI, fiind mereu alături de el. Îl întâlnim pe VISHNU reprezentat simbolic ca fiind lungit pe sarpele SHESHA sau chiar urcat călare pe pasărea sa vehicul GARUDA.

VYANA = vezi PRANA.

ZĂPADĂ ALBĂ = Termen taoist care se referă la secrețiile cu totul neobișnuite de culoare albă care sunt produse de sânii femeii foarte senzuale care manifestă o iubire maternă în timpul actului sexual, fără ca aceasta să implice că ea a fost sau este însărcinată. Aceste secrețiii profund reintineritoare sunt cunoscute și sub denumirea de Sucul Piersicii Nemuritoare și Esența Coralului.

ZĂPADĂ ROȘIE = Termen taoist care desemnează ciclul menstrual. Uneori acest secreții menstruale sunt cunoscute și sub numele de Esență YANG (+). Fluidul Tainic al Florii de Piersică, Manifestarea Lunară sau Musafirul Lunar.

YAB = Termen tibetan, care înseamnă Tată, Principiul Masculin Originar.

YAB-YUM = Principiile masculin (+) și feminin (-) combinate în mod polar și armonios și care atunci sunt înțelese ca un ideal transcendent. Acest termen mai înseamnă și dispariția tuturor dualităților. Unicitatea beatifică Macrocosmică.

YANG = flux energetic subtil solar (+), aspectul masculin, dinamic al manifestării prezent în anumite proporții în tot ceea ce există. Poate fi conștientizat destul de bine atunci când respirația se face natural, preponderent pe nara dreaptă.

YANG-ul INTERIOR = Termen taoist folosit pentru a descrie secrețiile intime glandulare ale YONI-ului unei femei în timpul stării extatice de orgasm prelungit cervico-uterin care este realizat fără DESCĂRCARE. Acestor secrețiii foarte prețioase li se atribuie mari puteri de reîntinerire, vitalizare și înviorare care apar atât în corpul femeii cât și în corpul iubitului ei dacă el le absoarbe oral.

YANTRA = în lb. sanscrită înseamnă suport exterior sau instrument secret de comuniune telepatică și legătură spirituală. YANTRA este o diagramă geometrică simplă în care sunt sintetizate caracteristicile esențiale simbolice ale unei anumite mari Puteri Cosmice sau Zeu. Ea este utilizată în vederea unei consonante telepatice spirituale pentru a realiza fuziunea cu Conștiința sau realitatea acelei sfere de forță, fiind un simbol esențial al divinelor sale caracteristici, al puterilor sale sau al anumitor aspecte fundamentale ale acesteia. Fiecare mare Putere Cosmică are YANTRA sa caracteristică. Pentru a se realiza o cât mai intimă legătură subtilă cu respectiva Putere Cosmică au fost revelate înțeleptilor clarvăzători formele geometrice esențiale prin care aceste puteri pot fi contactate telepatic cu ușurință. În primele faze de practică, înainte de a lucra cu o YANTRA a unei Mari Puteri Cosmice, prin focalizare vizuală completă și concentrare asupra acesteia, este foarte bine să se citească în prealabil textul teoretic cu privire la acea Putere Cosmică. YANTRA poate fi utilizată de asemenea ca suport de meditație asupra acelei mari puteri, adeseori ea putând fi integrată prin vizualizare lăuntrică (SHAMBAVI MUDRA).

YIDAM = Zeitate tutelară sau reprezentare idealizată a unui mare adevăr sau aspect esoteric. El este în general protectorul mistic și binefăcătorul. Este privit adesea ca fiind forma secretă a învățătorului tantric. Zeitatea personală a cuiva, având drept corespondent în limba sanscrită pe ISHTA DEVATA.

YIN = flux energetic subtil lunar (-), aspectul feminin, static al manifestării, prezent în anumite proporții în tot ceea ce există. Poate fi conștientizat destul de bine atunci când respirația se face natural, preponderent pe nara stângă.

YOGA (în sanscrită "comuniune", "contopire", "fuziune inefabilă") = Știință tradițională a Orientului fondată prin secolul I î.e.n., pe baza unor tradiții ale înțelepciunii milenare, care vizează integrarea armonioasă a ființei umane în Univers, trezirea puterilor latente, paranormale.

Mai mult celebră decât înțeleasă, YOGA este și rămâne un ansamblu de metode milenare sistematice care vizează eliberarea definitivă a ființei umane. Cunoscută în Occident sub forme vulgarizate și uneori degradate, YOGA constituie o disciplină spirituală extrem de riguroasă. Un text al înțelepciunii orientale, ISHVARA-GITA, spune referitor la YOGA: "PRIN YOGA IA NAȘTERE CUNOAȘTEREA ULTIMĂ, IAR DIN CUNOAȘTEREA SUPERIOARĂ REZULTĂ YOGA. PENTRU ACELA CARE ARE LA DISPOZIȚIE YOGA ȘI CUNOAȘTEREA PE CARE ACEASTA O FACE CU PUTINȚĂ, NU MAI EXISTĂ NIMIC ALTCEVA DE DORIT."

Prin YOGA totul este cu putință dar nu orice este permis. Yoghinul ispășește și anihilează în cursul unei singure vieți toate greșelile sau, altfel spus, păcatele săvârșite de suflet în cursul reîncarnărilor precedente.

Un text al înțelepciunii yoghine spune:

"FOCUL DECLANȘAT PRIN PRACTICA YOGA ASIDUĂ FACE SĂ ARDĂ RAPID ȘI COMPLET ACEASTĂ CUȘCĂ A IGNORANȚEI CARE CONSTITUIE RĂUL. ATUNCI SE DEZVĂLUIE CUNOAȘTEREA CLARĂ CARE NE PERMITE SĂ REALIZĂM CU USURINȚĂ EXTAZUL DIVIN."

YOGANIDRASANA = Postura somnului lui VISHNU. Cunoscută și ca postura stării intermediare, ea reprezintă o poziție YOGA ce solicită flexibilitatea spatelui, mâinilor și picioarelor, încălzește corpul și eliberează energiile latente din acesta.

YOGINI = "practicantă a sistemului YOGA"; cuvântul "YOGINI" are însă o semnificație mai specială, desemnând mai ales adepta femeie înzestrată cu extraordinare puteri paranormale (SIDDHI-uri) și care prezintă pe lângă inteligență și un nivel deosebit de elevare al conștiinței. Astfel, conform cu HATHA YOGA-PRADIPIKA, o YOGINI este o femeie vitală, armonioasă și inteligentă inițiată în secretele YOGA care își transmută complet potențialul sexual (RAJAS sau secrețiile sexuale specifice) și își sublimează integral și armonios pe toate nivelele ființei, energia rezultată, având chiar și capacitatea ulterioară de a impulsiona transmutarea, transformarea și sublimarea integrală în energie a sâmânței sau spermei (BINDU) iubitului ei în timpul interacțiunii amoroase, prin intermediul lui VAJROLI MUDRA.

În context tantric, termenul YOGINI se mai poate referi și la un grup de 8, 16, 64 sau mai multe divinități feminine, care sunt manifestări minunate ale Marii Puteri Cosmice (Energii Feminine Esențiale) DURGA sau alteori KALI. Adorarea și evocarea plină de fervoare a acestor YOGINI este legată de filonul spiritual al saktismului.

YOGINI CHAKRA = Procedeu sexual tantric, secret, în care un singur bărbat vital, foarte viril și perfect continent face dragoste cu mai multe femei vitale, frumoase, dezinhibate și foarte senzuale, care practică în mod perfect continenta, fiecare dintre acestea fiind adepta sexualității tantrice.

YONI = "suport", "origine", "sursă". Cuvântul YONI este derivat de la rădăcina verbală YU (a uni, a fixa). Acest termen are un larg spectru de semnificații: cauză primordială, izvor al întregii deveniri, casă, vulvă etc. Grafic, YONI este în general reprezentat printr-un triunghi cu vârful în jos, care este de fapt o imagine analogică a vaginului, simbolizând misterul cosmic al creației. Zona perineală a corpului uman este numită în limba sanscrită YONI STHANA (locul matricii) și KAMA RUPA (de forma dorinței), iar în DHYANA BINDU-UPANISHAD se spune că YONI trebuie adorată în toate modurile de toți yoghinii (datorită accesului pe care ea îl oferă la energiile subtile creatoare universale și la misterul vieții și morții sau EROS și THANATOS

cum erau denumite de vechii greci).

Singură sau împreună cu simbolul phallusului în erecție (LINGAM), YONI este venerată în general de adoratorii lui SHAKTI.

YONI MUDRA = O tehnică de YOGA în care orificiile din zona capului sunt obturate cu degetele, astfel încât este împiedicată dispersia energiilor senzualității, asociate cu extazul.

YUGA = termen generic desemnând cele 4 ere cosmice, a căror durată este calculată în ani divini. Pentru a converti anii divini în ani umani, trebuie multiplicați fiecare dintre ei cu 360. Fiecare eră cosmică este precedată de o "auroră" (SANDHYA) și urmată de un "crepuscul" (SANDHYANSHA) de aceeași durată (perioadă de tranziție de la o YUGA la alta). Fiecare dintre aceste faze de tranziție reprezintă o zecime din durata totală a repectivei YUGA. Cele 4 YUGA sunt:

1. SATYA YUGA sau KRITA YUGA (1.728.000 ani umani);
2. TRETA YUGA (1.296.000 ani umani);
3. DVAPARA YUGA (864.000 ani umani);
4. KALI YUGA (432.000 ani umani).

Durata totală a celor 4 YUGA este deci de 4.320.000 ani umani sau 12.000 ani divini și este numită MAHAYUGA sau "Marea eră cosmică"; 2.000 MAHAYUGA echivalează cu o zi și o noapte a lui BRAHMA (Creatorul Universului).

Niciieri în RIG VEDA nu este evocat acest complex sistem de calcul; el se întâlnește de-abia în MAHABHARATA și la MANU. Cele 4 ere cosmice sunt descrise astfel: SATYA (KRITA) YUGA este epoca ideală, vârsta de aur a umanității care nu cunoaște nici ură, nici invidie, nici suferință, nici teamă, nici primejdie. Nu există în SATYA YUGA decât un singur Dumnezeu, o singură VEDA, o singură lege și un singur mod, comun tuturor oamenilor, de adorare a lui Dumnezeu. Castele sociale au fiecare atribuțiile lor precise și își îndeplinesc cu detașare menirea în cadrul comunității.

În cursul lui TRETA YUGA încep să aibă loc (fiind acum necesare) sacrificiile; spiritul de dreptate se diminuează cu un sfert. Sacrificiile necesită un întreg ansamblu de rituri și ceremonii. Oamenii acționează acum interesați, așteptând curent recompense pentru riturile și manifestările cultului lor.

În cursul lui DVAPARA YUGA, spiritul de dreptate se reduce la jumătate. Există de acum 4 VEDA-e, dar care nu mai sunt profund studiate și înțelese decât de puțini oameni. Există deja rituri care te conduc oriunde (și în bine și în rău); puțini oameni se mai îngrijesc de respectarea adevărului. Dorințele inferioare și bolile încep să-și facă apariția. Nedreptatea crește.

În cursul lui KALI YUGA, nu mai subzistă decât un sfert din spiritul de dreptate inițial. Aspirațiile spirituale dispar, străvechile cunoștințe spirituale și științifice cad în uitare, răul predomină aproape peste tot. Bolile fără număr, epuizarea, ura, foamea, teama, disperarea lovesc neîncetat ființele umane; oamenii nu mai au nici un scop cu adevărat important în viață. Actualmente, omenirea se află în KALI YUGA, iar nenumăratele semne care apar neîncetat vestesc sfârșitul iminent și apocaliptic al prezentei epoci întunecate a decăderii spirituale (KALI YUGA) și indică trecerea la viitoarea SATYA YUGA.

***NOTĂ**: În limba sanscrită, KALI YUGA înseamnă "epoca (YUGA) extremei decăderi spirituale, a întunericului, ignoranței, a materialismului, a răutății dezlănțuite, a conflictelor, neînțelegerilor și a violenței".*

*Cuvântul sanscrit **KALI** (compus din două silabe scurte), care înseamnă propriu-zis conflict, ceartă, decadență sau, în limbaj modern, **entropie**, nu are nimic de-a face cu numele **KALI** (compus din două silabe lungi), care este de fapt denumirea orientală a Primei Forțe Cosmice creatoare, divine, care este puterea stăpânitoare a energiei subtile a timpului care distruge numai ceea ce se opune evoluției spirituale care conduce către DUMNEZEU.*

YUM = Termen tibetan, care însemnă "Mamă". Principiu Feminin Originar.

YUN-YU = Termen Taoist, care desemnează unirea sexuală fizică, nesfârșită, fără EJACULARE (DESCĂRCARE). Literar, înseamnă: "Misterul Norilor și al Ploii". Desemnează de asemenea Secretele sexualității.

GLOSAR SUPLIMENTAR AL TERMENILOR CARE SE REFERĂ LA ORGANELE SEXUALE

TERMENI CHINEZI

BĂRBAT	FEMEIE	
Ambasadorul	*Grota*	*Anemona iubirii*
Atacatorul	*Inima bijoriului*	*Peștera*
Bătătul	*Copila*	*Limba puiului (clitorisul)*
Pasărea roșie	*Inima interioară*	*Deschizătura de cinabru*
Credinciosul servitor	*Terasa interioară*	*Peștera de cinabru*
Fructul	*Peștera de jad*	*Lăcașul bijuteriei*
Pajul	*Poarta podului*	*Peștera iubirii*
Unealta iubirii	*Peștera misterioasă*	*Scoica*
Flautul de jad	*Valea misterioasă*	*Poarta vieții*
Sceptrul de jad	*Șoricelul parfumat*	*Creuzetul feminin*
Coloana de jad	*Peștera plăcerii*	*Elesteul*
Arma iubirii	*Casa plăcerii*	*Floarea*
Vârful binefăcător	*Locul plăcerii*	*Inima florii*
Trompa	*Creuzetul prețios*	*Poarta de aur*
Broasca Testoasă	*Prețioasa poartă*	*Făgașul de aur*
Vârful YANG	*Piatra prețioasă*	*Peștera simțitoare*
	Perla roșie	*Corzile lirei*
	Peștera în formă de migdală	*Peștera ca bobul de grâu*
	Peștera ascunsă	*Casa comorii*

TERMENI INDIENI

BĂRBAT	FEMEIE
Săgeata iubirii	*Clopoțelul*
Taurul	*Cupa*
Bijuteria	*Lotusul*
Sceptrul	*Floarea de lotus*
Sceptrul intențiilor lui	*Lotusul înțelepciunii ei*
Bagheta	*Câmpul plăcerii raiului*
	Lăcașul plăcerii

CUPRINS

Cele nouă posturi ale fetei negre....7
Cele nouă sufluri tainice ale femeii....15
Numărul YANG....18
Secretele Fetei Sincere....36
Virtutile terapeutice multiple ale actului amoros realizat cu continență....39
Cele opt beneficii care sunt resimțite prin angrenarea posturilor amoroase care declanșează efecte terapeutice....41
Ejacularea....46
Respiratia, gândul și sămânța vitală (sperma)....49
Retentia completă în vederea transmutării în energie a potențialului sexual....51
Taina absorbției reciproce....58
Tabuurile actului sexual fără continență....60
Medicina cea tainică a celor trei culmi....61
Lupta dragostei....67
Natura hrănitoare....71
Transformarea prin care se urmărește atingerea adevărului....76
Dragostea rituală....80
Ritualul cel secret....86
Procedeul amoros al celor cinci esențe....94
Înainte și după....101
Extazele amoroase secrete care apar în cazul jocurilor amoroase în grup....104
Postura amoroasă a pestilor care bolborosesc....115
Comunitatea surorilor și safismul....116
Masturbarea - Autosatisfacerea....122
Fratia superioară a bărbaților puternici și virili....132
Homosexualitatea masculină și pericolele ei....134
Sexul anal....144
Kundalini inversată....148
Misterul celor o mie și una de nopți....154
Tăierea împrejur sau circumcizia....159
Menstruația: zăpada roșie....162
Conceptie și contraceptie....167
Ajutătoare sexuale....180
Afrodisiacele....185
Educația sexuală....189
Recapitularea secretelor prezentate....193
Glosar....196